



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

0000

Henning, Jürgen

00: SPVGG Faulungen

00: 1488

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

0000:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

000: 46:57

00: 12.78 km/h

0000: 4:42 min/km

00000/000: 213 (of 618)

00000/0: 198 (of 500)

000000: 31:03

00000: 20(of 89)

0000000: 36:19

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	9:11	4:35	23	2:11	178	3:08	2.00	9:11	4:35	85	0:47	479	0:41
Runde	2.00	9:24	4:42	25	2:06	217	3:18	4.00	18:35	4:38	20		17	6:17
Runde	2.00	9:23	4:41	18	2:02	198	3:09	6.00	27:58	4:39	20		274	9:26
Runde	2.00	9:40	4:49	25	2:19	220	3:24	8.00	37:38	4:42	20		274	12:50
Leichtathletikhall	2.00	9:19	4:39	21	2:00	209	3:08	10.00	46:57	4:41	20	10:38	199	20:29