



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

0000

Kahl, Nico

00: Neustadt/Rennsteig

00: 1523

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 57:38

00: 10.41 km/h

0000: 5:46 min/km

00000/000: 532 (of 618)

00000/0: 452 (of 500)

000000: 31:03

00000: 93(of 107)

0000000: 34:41

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	11:18	5:39	89	4:33	422	5:15	2.00	11:18	5:39	41	2:50	199	2:48
Runde	2.00	11:08	5:33	90	4:13	439	5:02	4.00	22:26	5:36	61	5:17	289	10:08
Runde	2.00	11:22	5:41	92	4:17	444	5:08	6.00	33:48	5:37	61	7:56	286	15:16
Runde	2.00	11:47	5:53	90	4:40	446	5:31	8.00	45:35	5:41	61	10:56	286	20:47
Leichtathletikhall	2.00	12:03	6:01	97	5:15	470	5:52	10.00	57:38	5:45	93	22:57	453	31:10