



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Reisener, Sigurd

□□□: 58:31

□□: ANNA KRAM: Laufend helfen

□□: 10.25 km/h

□□: 1425

□□□□: 5:51 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 548 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 461 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 158(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|---------------------|------|-------|--------|-----|------|-----|------|-------|-------|--------|-----|-------|-----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Runde | 2.00 | 12:21 | 6:10 | 168 | 5:43 | 487 | 6:18 | 2.00 | 12:21 | 6:10 | 77 | 3:51 | 206 | 3:51 |
| Runde | 2.00 | 11:38 | 5:48 | 161 | 4:47 | 472 | 5:32 | 4.00 | 23:59 | 5:59 | 104 | 9:41 | 298 | 11:41 |
| Runde | 2.00 | 11:43 | 5:51 | 158 | 4:35 | 458 | 5:29 | 6.00 | 35:42 | 5:57 | 102 | 14:02 | 295 | 17:10 |
| Runde | 2.00 | 11:32 | 5:46 | 155 | 4:32 | 439 | 5:16 | 8.00 | 47:14 | 5:54 | 102 | 18:15 | 295 | 22:26 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:17 | 5:38 | 153 | 4:22 | 428 | 5:06 | 10.00 | 58:31 | 5:51 | 158 | 23:59 | 462 | 32:03 |