



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schalk, Udo

□□: Dream Team Ilmenau

□□: 1333

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 50:34

□□: 11.87 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 327 (of 618)

□□□□□/□: 298 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 47(of 89)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:20	5:10	50	3:20	312	4:17	2.00	10:20	5:10	3	1:56	74	1:50
Runde	2.00	10:04	5:01	53	2:46	332	3:58	4.00	20:24	5:05	14		307	8:06
Runde	2.00	10:16	5:08	53	2:55	325	4:02	6.00	30:40	5:06	14		304	12:08
Runde	2.00	10:18	5:09	49	2:57	313	4:02	8.00	40:58	5:07	14		217	16:10
Leichtathletikhall	2.00	9:36	4:47	36	2:17	248	3:25	10.00	50:34	5:03	47	14:15	299	24:06