



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Jäger, Gerd

□□□: 53:42

□□: Döllbergverein Suhl

□□: 11.17 km/h

□□: 1684

□□□□: 5:22 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 441 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 389 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 138(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:49	5:24	142	4:11	381	4:46	2.00	10:49	5:24	83	2:19	233	2:19
Runde	2.00	9:54	4:57	106	3:03	295	3:48	4.00	20:43	5:10	110	6:25	326	8:25
Runde	2.00	10:56	5:28	143	3:48	404	4:42	6.00	31:39	5:16	108	9:59	255	13:07
Runde	2.00	11:23	5:41	151	4:23	425	5:07	8.00	43:02	5:22	108	14:03	323	18:14
Leichtathletikhalle	2.00	10:40	5:19	131	3:45	377	4:29	10.00	53:42	5:22	138	19:10	390	27:14