



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Heinze, Thomas

□□□: 51:27

□□: Lauffreunde Zimmernsupra

□□: 11.66 km/h

□□: 1507

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 362 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 327 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 117(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:41	5:20	135	4:03	360	4:38	2.00	10:41	5:20	85	2:11	157	2:11
Runde	2.00	10:15	5:07	129	3:24	359	4:09	4.00	20:56	5:14	112	6:38	329	8:38
Runde	2.00	10:09	5:04	110	3:01	303	3:55	6.00	31:05	5:10	110	9:25	322	12:33
Runde	2.00	10:13	5:06	106	3:13	300	3:57	8.00	41:18	5:09	110	12:19	326	16:30
Leichtathletikhall	2.00	10:09	5:04	112	3:14	320	3:58	10.00	51:27	5:08	117	16:55	328	24:59