



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Ludwig, Marcus

□□□: 49:31

□□: Weimar

□□: 12.12 km/h

□□: 1737

□□□□: 4:57 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 298 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 279 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 59(of 82)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 31:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:01	5:30	69	4:58	398	4:58	2.00	11:01	5:30	3	1:13	160	2:31
Runde	2.00	9:56	4:58	62	3:42	303	3:50	4.00	20:57	5:14	3	2:24	201	8:39
Runde	2.00	9:43	4:51	55	3:29	242	3:29	6.00	30:40	5:06	3	1:50	304	12:08
Runde	2.00	9:42	4:50	51	3:26	227	3:26	8.00	40:22	5:02	3	1:38	333	15:34
Leichtathletikhall	2.00	9:09	4:34	46	2:58	186	2:58	10.00	49:31	4:57	60	23:03	271	23:03