



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

In der Au, Marius

□□: SWE-Laufteam

□□: 1194

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 53:50

□□: 11.15 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 444 (of 618)

□□□□□/□: 391 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 72(of 82)

□□□□□□□: 31:03

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                 | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|---------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde               | 2.00     | 12:08    | 6:03         | 80      | 6:05    | 479     | 6:05    | 2.00  | 12:08     | 6:03          | 2       | 2:20    | 244     | 3:38    |
| Runde               | 2.00     | 10:43    | 5:21         | 72      | 4:29    | 410     | 4:37    | 4.00  | 22:51     | 5:42          | 2       | 4:18    | 338     | 10:33   |
| Runde               | 2.00     | 10:21    | 5:10         | 65      | 4:07    | 339     | 4:07    | 6.00  | 33:12     | 5:32          | 2       | 4:22    | 335     | 14:40   |
| Runde               | 2.00     | 10:11    | 5:05         | 60      | 3:55    | 294     | 3:55    | 8.00  | 43:23     | 5:25          | 2       | 4:39    | 335     | 18:35   |
| Leichtathletikhalle | 2.00     | 10:27    | 5:13         | 70      | 4:16    | 357     | 4:16    | 10.00 | 53:50     | 5:23          | 73      | 27:22   | 392     | 27:22   |