



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Heyn, Helene

□□□: 53:17

□□: Ifta

□□: 11.26 km/h

□□: 1361

□□□□: 5:20 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 421 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 46 (of 118)

□□□□□□: 36:13

□□□□:

□□□□□: 4 (of 7)

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□□□□□: 45:31

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:38	5:18	4	1:56	51	3:38	2.00	10:38	5:18	4	1:56	53	2:51	
Runde	2.00	10:41	5:20	4	1:45	58	3:23	4.00	21:19	5:19	4	3:41	60	3:35	
Runde	2.00	10:35	5:17	4	1:17	46	3:14	6.00	31:54	5:18	4	4:58	14	5:27	
Runde	2.00	10:55	5:27	4	1:29	52	3:36	8.00	42:49	5:21	4	6:27	60	7:34	
Leichtathletikhall	2.00	10:28	5:14	4	1:19	44	3:13	10.00	53:17	5:19	4	7:46	46	17:04	