



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Leefers, Sören

□□□: 59:13

□□: Kodokan Erfurt

□□: 10.13 km/h

□□: 1245

□□□□: 5:55 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 559 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 469 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 98(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:12	5:35	85	4:27	416	5:09	2.00	11:12	5:35	52	2:44	257	2:42
Runde	2.00	11:55	5:57	103	5:00	481	5:49	4.00	23:07	5:46	72	5:58	351	10:49
Runde	2.00	11:55	5:57	99	4:50	471	5:41	6.00	35:02	5:50	72	9:10	348	16:30
Runde	2.00	12:18	6:09	99	5:11	476	6:02	8.00	47:20	5:55	72	12:41	348	22:32
Leichtathletikhalle	2.00	11:53	5:56	95	5:05	466	5:42	10.00	59:13	5:55	98	24:32	470	32:45