



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schaefer, Monika

□□□: 51:13

□□: Erfurt

□□: 11.71 km/h

□□: 1051

□□□□: 5:07 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 348 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 34 (of 118)

□□□□□□: 36:13

□□□□:

□□□□□: 3(of 13)

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 46:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:28	5:14	5	1:13	37	3:28	2.00	10:28	5:14	8			51	2:41
Runde	2.00	9:59	4:59	3	0:54	32	2:41	4.00	20:27	5:06	10	1:34		20	2:43
Runde	2.00	10:04	5:01	3	0:37	30	2:43	6.00	30:31	5:05	10	1:48		71	4:04
Runde	2.00	10:22	5:11	3	0:47	36	3:03	8.00	40:53	5:06	10	2:33		71	5:38
Leichtathletikhall	2.00	10:20	5:10	3	1:06	37	3:05	10.00	51:13	5:07	3	4:34		34	15:00