



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Sprenger, Bernd

□□□: 51:41

□□: LTV Erfurt

□□: 11.61 km/h

□□: 1024

□□□□: 5:10 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 377 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 338 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 59(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:32	5:15	54	3:32	337	4:29	2.00	10:32	5:15	23	2:08	164	2:02
Runde	2.00	10:17	5:08	61	2:59	364	4:11	4.00	20:49	5:12	42	0:08	358	8:31
Runde	2.00	10:20	5:10	57	2:59	335	4:06	6.00	31:09	5:11	42	0:11	207	12:37
Runde	2.00	10:20	5:10	51	2:59	317	4:04	8.00	41:29	5:11	42	0:08	396	16:41
Leichtathletikhalle	2.00	10:12	5:05	52	2:53	326	4:01	10.00	51:41	5:10	59	15:22	339	25:13