



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kriening, Henry

□□□: 49:15

□□: Riesa

□□: 12.18 km/h

□□: 1897

□□□□: 4:55 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 288 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 264 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 41(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:39	5:19	57	3:39	353	4:36	2.00	10:39	5:19	9	2:15	143	2:09
Runde	2.00	9:48	4:54	43	2:30	276	3:42	4.00	20:27	5:06	32		208	8:09
Runde	2.00	9:36	4:47	30	2:15	229	3:22	6.00	30:03	5:00	37		387	11:31
Runde	2.00	9:44	4:51	29	2:23	233	3:28	8.00	39:47	4:58	37		409	14:59
Leichtathletikhalle	2.00	9:28	4:44	30	2:09	229	3:17	10.00	49:15	4:55	41	12:56	265	22:47