



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kellner, Roland

□□: SPVGG Faulungen

□□: 1563

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 51:52

□□: 11.57 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 388 (of 618)

□□□□□□: 346 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 122(of 171)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:51	5:25	145	4:13	386	4:48	2.00	10:51	5:25	115	2:21	318	2:21
Runde	2.00	10:34	5:16	143	3:43	392	4:28	4.00	21:25	5:21	145	7:07	341	9:07
Runde	2.00	10:29	5:14	129	3:21	358	4:15	6.00	31:54	5:18	143	10:14	413	13:22
Runde	2.00	10:13	5:06	106	3:13	300	3:57	8.00	42:07	5:15	143	13:08	413	17:19
Leichtathletikhalle	2.00	9:45	4:52	90	2:50	269	3:34	10.00	51:52	5:11	122	17:20	347	25:24