



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Hoffmann, Uwe

□□□: 49:25

□□: Wiehe

□□: 12.14 km/h

□□: 1481

□□□□: 4:56 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 295 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 269 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 60(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:26	4:43	46	2:41	207	3:23	2.00	9:26	4:43	69	0:58	76	0:56
Runde	2.00	9:37	4:48	59	2:42	245	3:31	4.00	19:03	4:45	91	1:54	423	6:45
Runde	2.00	9:58	4:59	62	2:53	279	3:44	6.00	29:01	4:50	91	3:09	229	10:29
Runde	2.00	10:19	5:09	69	3:12	315	4:03	8.00	39:20	4:55	91	4:41	420	14:32
Leichtathletikhall	2.00	10:05	5:02	70	3:17	310	3:54	10.00	49:25	4:56	60	14:44	270	22:57