



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Melchert, Volkmar

□□□: 50:01

□□: Ilmenau

□□: 12.00 km/h

□□: 1102

□□□□: 5:00 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 314 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 285 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 44(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:34	5:16	55	3:34	344	4:31	2.00	10:34	5:16	8	2:10	145	2:04	
Runde	2.00	9:39	4:49	35	2:21	251	3:33	4.00	20:13	5:03	30		389	7:55	
Runde	2.00	9:46	4:53	34	2:25	249	3:32	6.00	29:59	4:59	30		240	11:27	
Runde	2.00	10:05	5:02	43	2:44	280	3:49	8.00	40:04	5:00	30		470	15:16	
Leichtathletikhall	2.00	9:57	4:58	46	2:38	294	3:46	10.00	50:01	5:00	44	13:42	286	23:33	