



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Aderhold, Jason

□□□: 19:19

□□: Koung Dragons Erfurt

□□: 12.42 km/h

□□: 344

□□□□: 4:50 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 112 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 89 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 19(of 60)

männliche Jugend U14 (12-13 Jahre)

□□□□□□□: 14:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:20	4:40	21	2:17	79	3:21	2.00	9:20	4:40	31		78	3:20
Leichtathletikhall	2.00	9:59	4:59	24	2:42	115	4:05	4.00	19:19	4:49	19	4:59	89	7:25