



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

**Benischke, Marian**

□□□: 20:58

□□: SV Empor Walschleben

□□: 11.45 km/h

□□: 67

□□□□: 5:14 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 182 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 145 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 17(of 23)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 11:54

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde              | 2.00     | 10:43    | 5:21         | 16      | 4:44    | 148     | 4:44    | 2.00 | 10:43     | 5:21          | 9       | 2:23    | 104     | 4:43    |
| Leichtathletikhall | 2.00     | 10:15    | 5:07         | 17      | 4:21    | 136     | 4:21    | 4.00 | 20:58     | 5:14          | 17      | 9:04    | 145     | 9:04    |