



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Hopf, Jochen

□□□: 21:16

□□: Lauftreff Ina

□□: 11.29 km/h

□□: 318

□□□□: 5:19 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 189 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 147 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 12(of 26)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 14:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:20	5:10	10	2:57	133	4:21	2.00	10:20	5:10	17		108	4:20
Leichtathletikhall	2.00	10:56	5:28	18	3:23	172	5:02	4.00	21:16	5:18	12	6:20	147	9:22