



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kirchner, Björn

□□□: 20:07

□□: FC Rot-Weiß Erfurt e.V.

□□: 11.93 km/h

□□: 302

□□□□: 5:02 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 151 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 117 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 13(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 9:57 | 4:58 | 12 | 3:22 | 110 | 3:58 | 2.00 | 9:57 | 4:58 | 23 | | 93 | 3:57 |
| Leichtathletikhäl | 2.00 | 10:10 | 5:04 | 20 | 3:30 | 133 | 4:16 | 4.00 | 20:07 | 5:01 | 13 | 6:52 | 117 | 8:13 |