



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Sziedat, Sven

□□□: 24:54

□□: Maintal

□□: 9.64 km/h

□□: 301

□□□□: 6:13 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 321 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 232 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 30(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 12:44 | 6:21 | 27 | 6:09 | 229 | 6:45 | 2.00 | 12:44 | 6:21 | 21 | 2:08 | 124 | 6:44 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 12:10 | 6:04 | 29 | 5:30 | 223 | 6:16 | 4.00 | 24:54 | 6:13 | 30 | 11:39 | 232 | 13:00 |