



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schulz, Michael

□□□: 21:26

□□: ANNA KRAM: Laufend helfen

□□: 11.20 km/h

□□: 240

□□□□: 5:22 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 200 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 153 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 20(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:22	5:41	20	4:47	186	5:23	2.00	11:22	5:41	15	0:46	146	5:22
Leichtathletikhall	2.00	10:04	5:01	18	3:24	127	4:10	4.00	21:26	5:21	20	8:11	153	9:32