



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Heinz, Marco

□□□: 22:00

□□: Speedskating Arnstadt

□□: 10.91 km/h

□□: 276

□□□□: 5:30 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 228 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 177 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 22(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:22	6:11	25	5:47	220	6:23	2.00	12:22	6:11	14	1:46	149	6:22
Leichtathletikhäl	2.00	9:38	4:48	12	2:58	92	3:44	4.00	22:00	5:30	22	8:45	177	10:06