



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Lange, Stephan

□□□: 19:58

□□: Rheinfeldern

□□: 12.02 km/h

□□: 1528

□□□□: 4:59 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 145 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 113 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 12(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:13	4:36	6	2:38	75	3:14	2.00	9:13	4:36	12		153	3:13
Leichtathletikhall	2.00	10:45	5:22	23	4:05	162	4:51	4.00	19:58	4:59	12	6:43	113	8:04