



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Manthee, Frank

□□□: 14:56

□□: SV Glückauf Sondershausen

□□: 16.07 km/h

□□: 263

□□□□: 3:44 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 21 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 18 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 1(of 26)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 14:56

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 7:23 | 3:41 | 1 | - | 19 | 1:24 | 2.00 | 7:23 | 3:41 | 14 | - | 20 | 1:23 |
| Leichtathletikhäl | 2.00 | 7:33 | 3:46 | 1 | - | 15 | 1:39 | 4.00 | 14:56 | 3:44 | 1 | - | 18 | 3:02 |