



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Törmer, Christian

□□□: 18:13

□□: Mühlhausen

□□: 13.17 km/h

□□: 169

□□□□: 4:33 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 80 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 64 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 4(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 8:45 | 4:22 | 4 | 2:10 | 56 | 2:46 | 2.00 | 8:45 | 4:22 | 9 | | 63 | 2:45 |
| Leichtathletikhäl | 2.00 | 9:28 | 4:44 | 9 | 2:48 | 84 | 3:34 | 4.00 | 18:13 | 4:33 | 4 | 4:58 | 64 | 6:19 |