



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Adams, Dirk

□□□: 25:19

□□: Erfurt

□□: 9.48 km/h

□□: 213

□□□□: 6:20 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 334 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 237 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 61(of 63)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 14:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:30	6:15	59	5:29	224	6:31	2.00	12:30	6:15	14	2:44	179	6:30
Leichtathletikhäl	2.00	12:49	6:24	60	5:27	236	6:55	4.00	25:19	6:19	61	10:56	237	13:25