



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Hörseljau, Silvia

□□□: 25:25

□□: Erfurt

□□: 9.44 km/h

□□: 114

□□□□: 6:21 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 336 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 89 (of 140)

□□□□□□: 14:03

□□□□:

□□□□□: 28(of 39)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 15:39

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 12:17 | 6:08 | 23 | 4:36 | 80 | 5:18 | 2.00 | 12:17 | 6:08 | 9 | | 121 | 0:50 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 13:08 | 6:33 | 30 | 5:10 | 107 | 6:04 | 4.00 | 25:25 | 6:21 | 28 | 9:46 | 99 | 11:22 |