



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Panse, Jens

□□□: 43:37

□□: USV Erfurt

□□: 13.76 km/h

□□: 1217

□□□□: 4:22 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 115 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 108 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 43(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:30	4:15	33	1:52	100	2:27	2.00	8:30	4:15	1	-	1	-	
Runde	2.00	8:41	4:20	42	1:50	119	2:35	4.00	17:11	4:17	3	2:53	9	4:53	
Runde	2.00	8:56	4:28	47	1:48	127	2:42	6.00	26:07	4:21	3	4:27	9	7:35	
Runde	2.00	8:59	4:29	44	1:59	118	2:43	8.00	35:06	4:23	3	6:07	9	10:18	
Leichtathletikhall	2.00	8:31	4:15	30	1:36	92	2:20	10.00	43:37	4:21	43	9:05	109	17:09	