



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Meurer, Ingo

□□: SV Olympia Neustadt

□□: 1028

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbräuer

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 42:55

□□: 13.98 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 98 (of 618)

□□□□□/□: 92 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 33(of 171)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:20	4:10	28	1:42	88	2:17	2.00	8:20	4:10	154		449	
Runde	2.00	8:45	4:22	50	1:54	130	2:39	4.00	17:05	4:16	5	2:47	11	4:47
Runde	2.00	8:57	4:28	48	1:49	130	2:43	6.00	26:02	4:20	5	4:22	11	7:30
Runde	2.00	8:44	4:21	29	1:44	87	2:28	8.00	34:46	4:20	5	5:47	11	9:58
Leichtathletikhall	2.00	8:09	4:04	16	1:14	52	1:58	10.00	42:55	4:17	33	8:23	93	16:27