



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 |