



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Krüger, Martin

□□□: 43:59

□□: Berlin

□□: 13.64 km/h

□□: 1181

□□□□: 4:24 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 123 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 115 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 26(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:05	5:02	57	3:20	288	4:02	2.00	10:05	5:02	3	1:37	6	1:35
Runde	2.00	8:30	4:15	24	1:35	95	2:24	4.00	18:35	4:38	3	1:26	17	6:17
Runde	2.00	8:23	4:11	15	1:18	66	2:09	6.00	26:58	4:29	3	1:06	17	8:26
Runde	2.00	8:32	4:15	15	1:25	69	2:16	8.00	35:30	4:26	3	0:51	17	10:42
Leichtathletikhalle	2.00	8:29	4:14	22	1:41	89	2:18	10.00	43:59	4:23	26	9:18	116	17:31