



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Herrmann, Michael

□□□: 40:54

□□: sc impuls erfurt

□□: 14.67 km/h

□□: 1080

□□□□: 4:05 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 59 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 54 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 4(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:44	3:52	2	0:44	45	1:41	2.00	7:44	3:52	52			17	
Runde	2.00	8:06	4:02	2	0:48	51	2:00	4.00	15:50	3:57	64			34	3:32
Runde	2.00	8:19	4:09	5	0:58	59	2:05	6.00	24:09	4:01	64			34	5:37
Runde	2.00	8:24	4:12	5	1:03	56	2:08	8.00	32:33	4:04	64			34	7:45
Leichtathletikhall	2.00	8:21	4:10	5	1:02	75	2:10	10.00	40:54	4:05	4	4:35	55	14:26	