



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Morgenstern, Dennis

□□□: 40:58

□□: SV Nordhausen 90

□□: 14.65 km/h

□□: 1280

□□□□: 4:06 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 60 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbräuer

□□□□□/□: 55 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 19(of 82)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 31:03

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde              | 2.00     | 7:50     | 3:54         | 18      | 1:47    | 52      | 1:47    | 2.00  | 7:50      | 3:54      | 41            |         |         | 18      |         |
| Runde              | 2.00     | 7:59     | 3:59         | 17      | 1:45    | 42      | 1:53    | 4.00  | 15:49     | 3:57      | 53            |         |         | 35      | 3:31    |
| Runde              | 2.00     | 8:11     | 4:05         | 18      | 1:57    | 46      | 1:57    | 6.00  | 24:00     | 4:00      | 53            |         |         | 35      | 5:28    |
| Runde              | 2.00     | 8:29     | 4:14         | 21      | 2:13    | 63      | 2:13    | 8.00  | 32:29     | 4:03      | 53            |         |         | 35      | 7:41    |
| Leichtathletikhall | 2.00     | 8:29     | 4:14         | 26      | 2:18    | 89      | 2:18    | 10.00 | 40:58     | 4:05      | 20            | 14:30   | 56      | 14:30   |         |