



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Dressler, Marco

□□□: 40:00

□□: Bruchstedt

□□: 15.00 km/h

□□: 1042

□□□□: 4:00 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 43 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbräuer

□□□□□/□: 39 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 11(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:16	4:08	26	1:38	79	2:13	2.00	8:16	4:08	152		440	
Runde	2.00	7:59	3:59	12	1:08	42	1:53	4.00	16:15	4:03	16	1:57	42	3:57
Runde	2.00	8:02	4:00	10	0:54	38	1:48	6.00	24:17	4:02	16	2:37	42	5:45
Runde	2.00	8:01	4:00	7	1:01	30	1:45	8.00	32:18	4:02	16	3:19	42	7:30
Leichtathletikhall	2.00	7:42	3:51	6	0:47	26	1:31	10.00	40:00	4:00	11	5:28	40	13:32