



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Krieger, Uwe

□□□: 38:43

□□: Schwerborn

□□: 15.50 km/h

□□: 1495

□□□□: 3:52 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 31 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 29 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 7 (of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:54	3:57	14	1:09	56	1:51	2.00	7:54	3:57	87		417	
Runde	2.00	7:35	3:47	4	0:40	26	1:29	4.00	15:29	3:52	13		59	3:11
Runde	2.00	7:43	3:51	6	0:38	27	1:29	6.00	23:12	3:52	13		58	4:40
Runde	2.00	7:56	3:58	6	0:49	27	1:40	8.00	31:08	3:53	13		58	6:20
Leichtathletikhall	2.00	7:35	3:47	4	0:47	24	1:24	10.00	38:43	3:52	7	4:02	30	12:15