



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Meier, Steffen

□□□: 41:08

□□: Erfurt

□□: 14.59 km/h

□□: 1862

□□□□: 4:07 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 61 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 56 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 19(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:36	3:47	10	0:58	39	1:33	2.00	7:36	3:47	15			38	
Runde	2.00	8:18	4:09	24	1:27	69	2:12	4.00	15:54	3:58	23	1:36	71	3:36	
Runde	2.00	8:24	4:12	22	1:16	68	2:10	6.00	24:18	4:02	13	2:38	38	5:46	
Runde	2.00	8:28	4:14	20	1:28	59	2:12	8.00	32:46	4:05	22	3:47	69	7:58	
Leichtathletikhall	2.00	8:22	4:11	29	1:27	79	2:11	10.00	41:08	4:06	19	6:36	57	14:40	