



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kummer, Steffen

□□□: 43:42

□□: Leinatal OT Schönau v.d. Walde

□□: 13.73 km/h

□□: 1241

□□□□: 4:22 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 117 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 119 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 44(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:48	4:24	54	2:10	144	2:45	2.00	8:48	4:24	24	0:18	58	0:18	
Runde	2.00	8:42	4:20	45	1:51	123	2:36	4.00	17:30	4:22	38	3:12	105	5:12	
Runde	2.00	8:55	4:27	45	1:47	123	2:41	6.00	26:25	4:24	36	4:45	102	7:53	
Runde	2.00	9:07	4:33	53	2:07	138	2:51	8.00	35:32	4:26	36	6:33	102	10:44	
Leichtathletikhalle	2.00	8:10	4:04	17	1:15	54	1:59	10.00	43:42	4:22	44	9:10	111	17:14	