



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Rumpf, Thomas

□□□: 48:18

□□: Herzberg

□□: 12.42 km/h

□□: 1050

□□□□: 4:50 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 256 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 238 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 32(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:44	5:21	62	3:44	369	4:41	2.00	10:44	5:21	33	2:20	69	2:14
Runde	2.00	9:33	4:46	31	2:15	235	3:27	4.00	20:17	5:04	54		121	7:59
Runde	2.00	9:25	4:42	19	2:04	202	3:11	6.00	29:42	4:57	31		118	11:10
Runde	2.00	9:18	4:39	14	1:57	167	3:02	8.00	39:00	4:52	54		118	14:12
Leichtathletikhalle	2.00	9:18	4:39	20	1:59	206	3:07	10.00	48:18	4:49	32	11:59	239	21:50