



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Plaschke, Peter

□□□: 39:40

□□: LTV Erfurt

□□: 15.13 km/h

□□: 1023

□□□□: 3:58 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 40 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 37 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 10(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:22	3:40	7	0:37	29	1:19	2.00	7:22	3:40	86			414	
Runde	2.00	7:58	3:59	10	1:03	40	1:52	4.00	15:20	3:50	28			127	3:02
Runde	2.00	8:05	4:02	10	1:00	41	1:51	6.00	23:25	3:54	28			124	4:53
Runde	2.00	8:10	4:04	10	1:03	40	1:54	8.00	31:35	3:56	28			124	6:47
Leichtathletikhall	2.00	8:05	4:02	12	1:17	48	1:54	10.00	39:40	3:57	10	4:59	38	13:12	