



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schermesser, Jürgen

□□□: 48:11

□□: speedy hares

□□: 12.45 km/h

□□: 1149

□□□□: 4:49 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 249 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 232 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 28(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:38	4:48	35	2:38	243	3:35	2.00	9:38	4:48	34	1:14	77	1:08
Runde	2.00	9:30	4:45	29	2:12	230	3:24	4.00	19:08	4:46	50		137	6:50
Runde	2.00	9:33	4:46	27	2:12	221	3:19	6.00	28:41	4:46	50		134	10:09
Runde	2.00	9:41	4:50	27	2:20	224	3:25	8.00	38:22	4:47	50		134	13:34
Leichtathletikhall	2.00	9:49	4:54	42	2:30	278	3:38	10.00	48:11	4:49	28	11:52	233	21:43