



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Horn, Uwe

□□□: 46:05

□□: Weimar

□□: 13.02 km/h

□□: 1343

□□□□: 4:37 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 183 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 171 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 65(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:53	4:56	94	3:15	268	3:50	2.00	9:53	4:56	21	1:23	48	1:23
Runde	2.00	9:23	4:41	79	2:32	213	3:17	4.00	19:16	4:48	49	4:58	145	6:58
Runde	2.00	9:13	4:36	66	2:05	176	2:59	6.00	28:29	4:44	47	6:49	142	9:57
Runde	2.00	9:03	4:31	50	2:03	129	2:47	8.00	37:32	4:41	47	8:33	132	12:44
Leichtathletikhall	2.00	8:33	4:16	33	1:38	97	2:22	10.00	46:05	4:36	65	11:33	172	19:37