



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Reuter, Marcel

□□□: 46:47

□□: Friedrichroda

□□: 12.83 km/h

□□: 1541

□□□□: 4:41 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 208 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 194 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 73(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:49	4:54	90	3:11	259	3:46	2.00	9:49	4:54	33	1:19	86	1:19
Runde	2.00	9:16	4:38	76	2:25	198	3:10	4.00	19:05	4:46	51	4:47	149	6:47
Runde	2.00	9:26	4:43	77	2:18	209	3:12	6.00	28:31	4:45	49	6:51	146	9:59
Runde	2.00	9:28	4:44	73	2:28	196	3:12	8.00	37:59	4:44	49	9:00	146	13:11
Leichtathletikhall	2.00	8:48	4:24	51	1:53	132	2:37	10.00	46:47	4:40	73	12:15	195	20:19