



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schneider, Thomas

□□□: 47:31

□□: Erfurt

□□: 12.63 km/h

□□: 1137

□□□□: 4:45 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 231 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 216 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 79(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	9:13	4:36	73	2:22	191	3:07	4.00	19:06	4:46	53	4:48	151	6:48
Runde	2.00	9:25	4:42	75	2:17	202	3:11	6.00	28:31	4:45	49	6:51	146	9:59
Runde	2.00	9:32	4:46	77	2:32	206	3:16	8.00	38:03	4:45	32	9:04	90	13:15
Leichtathletikhall	2.00	9:28	4:44	81	2:33	229	3:17	10.00	47:31	4:45	79	12:59	217	21:03