



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Peter, Uwe

□□□: 46:16

□□: Erfurt

□□: 12.97 km/h

□□: 1455

□□□□: 4:38 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 186 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 174 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 68(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:04	5:01	102	3:26	284	4:01	2.00	10:04	5:01	36	1:34	59	1:34
Runde	2.00	9:00	4:30	60	2:09	162	2:54	4.00	19:04	4:46	56	4:46	97	6:46
Runde	2.00	9:12	4:35	65	2:04	174	2:58	6.00	28:16	4:42	54	6:36	152	9:44
Runde	2.00	9:09	4:34	56	2:09	143	2:53	8.00	37:25	4:40	54	8:26	152	12:37
Leichtathletikhall	2.00	8:51	4:25	56	1:56	141	2:40	10.00	46:16	4:37	68	11:44	175	19:48