



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Günther, Egbert

□□□: 45:30

□□: SV Alach

□□: 13.19 km/h

□□: 1680

□□□□: 4:33 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 166 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 156 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 13(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:45	4:22	14	1:45	139	2:42	2.00	8:45	4:22	70	0:21	91	0:15	
Runde	2.00	8:39	4:19	9	1:21	113	2:33	4.00	17:24	4:20	57		67	5:06	
Runde	2.00	8:48	4:24	10	1:27	108	2:34	6.00	26:12	4:21	57		154	7:40	
Runde	2.00	9:09	4:34	12	1:48	143	2:53	8.00	35:21	4:25	57		25	10:33	
Leichtathletikhalle	2.00	10:09	5:04	51	2:50	320	3:58	10.00	45:30	4:32	13	9:11	157	19:02	