



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kulich, Rainer

□□□: 48:28

□□: Erfurt

□□: 12.38 km/h

□□: 1062

□□□□: 4:51 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 260 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 241 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 33(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:01	4:30	17	2:01	162	2:58	2.00	9:01	4:30	79	0:37	463	0:31
Runde	2.00	9:32	4:46	30	2:14	233	3:26	4.00	18:33	4:38	88		165	6:15
Runde	2.00	9:53	4:56	40	2:32	262	3:39	6.00	28:26	4:44	88		131	9:54
Runde	2.00	10:04	5:01	41	2:43	277	3:48	8.00	38:30	4:48	88		162	13:42
Leichtathletikhall	2.00	9:58	4:59	48	2:39	299	3:47	10.00	48:28	4:50	33	12:09	242	22:00