



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kreim, Martin

□□□: 47:34

□□: Gerstungen

□□: 12.61 km/h

□□: 1863

□□□□: 4:46 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 233 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 217 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 80(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:03	5:01	101	3:25	283	4:00	2.00	10:03	5:01	38	1:33	99	1:33
Runde	2.00	9:28	4:44	83	2:37	228	3:22	4.00	19:31	4:52	58	5:13	169	7:13
Runde	2.00	9:25	4:42	75	2:17	202	3:11	6.00	28:56	4:49	56	7:16	166	10:24
Runde	2.00	9:31	4:45	75	2:31	203	3:15	8.00	38:27	4:48	56	9:28	166	13:39
Leichtathletikhall	2.00	9:07	4:33	69	2:12	178	2:56	10.00	47:34	4:45	80	13:02	218	21:06