



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Blasius, Johannes

□□□: 45:14

□□: FC Rot Weiß Erfurt

□□: 13.26 km/h

□□: 1424

□□□□: 4:31 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 159 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 159 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 57(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:22	4:41	70	2:44	197	3:19	2.00	9:22	4:41	171	0:52	498	0:52
Runde	2.00	9:08	4:33	67	2:17	174	3:02	4.00	18:30	4:37	62	4:12	176	6:12
Runde	2.00	9:04	4:31	58	1:56	153	2:50	6.00	27:34	4:35	60	5:54	173	9:02
Runde	2.00	8:56	4:28	40	1:56	111	2:40	8.00	36:30	4:33	60	7:31	173	11:42
Leichtathletikhall	2.00	8:44	4:21	47	1:49	125	2:33	10.00	45:14	4:31	57	10:42	151	18:46