



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Philipp, Borris

□□□: 46:43

□□: Berlin Tandempiloten

□□: 12.84 km/h

□□: 1489

□□□□: 4:40 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 205 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 199 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 45(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:35	5:17	70	3:50	347	4:32	2.00	10:35	5:17	22	2:07	106	2:05
Runde	2.00	9:14	4:36	47	2:19	193	3:08	4.00	19:49	4:57	39	2:40	178	7:31
Runde	2.00	8:59	4:29	34	1:54	136	2:45	6.00	28:48	4:47	39	2:56	88	10:16
Runde	2.00	9:14	4:36	38	2:07	159	2:58	8.00	38:02	4:45	39	3:23	175	13:14
Leichtathletikhall	2.00	8:41	4:20	29	1:53	115	2:30	10.00	46:43	4:40	45	12:02	191	20:15