



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schwendler, Rainer

□□□: 52:04

□□: Gotha

□□: 11.52 km/h

□□: 1380

□□□□: 5:13 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 393 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 351 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 125(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:29	5:14	119	3:51	329	4:26	2.00	10:29	5:14	47	1:59	118	1:59	
Runde	2.00	9:59	4:59	115	3:08	315	3:53	4.00	20:28	5:06	71	6:10	193	8:10	
Runde	2.00	10:13	5:06	117	3:05	318	3:59	6.00	30:41	5:06	69	9:01	190	12:09	
Runde	2.00	10:32	5:15	123	3:32	344	4:16	8.00	41:13	5:09	69	12:14	190	16:25	
Leichtathletikhalle	2.00	10:51	5:25	141	3:56	397	4:40	10.00	52:04	5:12	125	17:32	352	25:36	