



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kuna, Heiner

□□□: 51:35

□□: Erfurt

□□: 11.63 km/h

□□: 1288

□□□□: 5:10 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 370 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 334 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 70(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:59	5:29	78	4:14	394	4:56	2.00	10:59	5:29	24	2:31	120	2:29
Runde	2.00	9:51	4:55	64	2:56	287	3:45	4.00	20:50	5:12	41	3:41	195	8:32
Runde	2.00	10:20	5:10	73	3:15	335	4:06	6.00	31:10	5:11	41	5:18	192	12:38
Runde	2.00	10:28	5:14	72	3:21	335	4:12	8.00	41:38	5:12	41	6:59	192	16:50
Leichtathletikhall	2.00	9:57	4:58	66	3:09	294	3:46	10.00	51:35	5:09	70	16:54	335	25:07