



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Stephan, Cliften

□□□: 54:45

□□: Erfurt

□□: 10.96 km/h

□□: 1257

□□□□: 5:29 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 473 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 413 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 147(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:17	5:08	111	3:39	307	4:14	2.00	10:17	5:08	52	1:47	126	1:47
Runde	2.00	10:40	5:19	147	3:49	405	4:34	4.00	20:57	5:14	76	6:39	201	8:39
Runde	2.00	11:12	5:35	151	4:04	430	4:58	6.00	32:09	5:21	74	10:29	198	13:37
Runde	2.00	11:24	5:42	152	4:24	427	5:08	8.00	43:33	5:26	74	14:34	198	18:45
Leichtathletikhall	2.00	11:12	5:35	150	4:17	422	5:01	10.00	54:45	5:28	147	20:13	414	28:17