



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

**Bösel, Florian**

□□□: 49:57

□□: Erfurt

□□: 12.01 km/h

□□: 1310

□□□□: 5:00 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 312 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 284 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 63(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde              | 2.00     | 10:12    | 5:05         | 59      | 3:27    | 299     | 4:09    | 2.00  | 10:12     | 5:05      | 26            | 1:44    | 128     | 1:42    |         |
| Runde              | 2.00     | 10:07    | 5:03         | 71      | 3:12    | 334     | 4:01    | 4.00  | 20:19     | 5:04      | 43            | 3:10    | 203     | 8:01    |         |
| Runde              | 2.00     | 10:07    | 5:03         | 64      | 3:02    | 293     | 3:53    | 6.00  | 30:26     | 5:04      | 43            | 4:34    | 200     | 11:54   |         |
| Runde              | 2.00     | 10:01    | 5:00         | 62      | 2:54    | 269     | 3:45    | 8.00  | 40:27     | 5:03      | 43            | 5:48    | 200     | 15:39   |         |
| Leichtathletikhall | 2.00     | 9:30     | 4:45         | 56      | 2:42    | 237     | 3:19    | 10.00 | 49:57     | 4:59      | 63            | 15:16   | 285     | 23:29   |         |