



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

**Keller, Norbert**

□□□: 53:16

□□: Kindelbrück

□□: 11.26 km/h

□□: 1007

□□□□: 5:20 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 420 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 375 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 67(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                 | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|---------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde               | 2.00     | 9:48     | 4:54         | 38      | 2:48    | 255     | 3:45    | 2.00  | 9:48      | 4:54          | 61      | 1:24    | 129     | 1:18    |
| Runde               | 2.00     | 10:37    | 5:18         | 71      | 3:19    | 397     | 4:31    | 4.00  | 20:25     | 5:06          | 81      | -       | 210     | 8:07    |
| Runde               | 2.00     | 10:44    | 5:21         | 70      | 3:23    | 383     | 4:30    | 6.00  | 31:09     | 5:11          | 42      | 0:11    | 207     | 12:37   |
| Runde               | 2.00     | 11:00    | 5:30         | 75      | 3:39    | 398     | 4:44    | 8.00  | 42:09     | 5:16          | 39      | 0:48    | 207     | 17:21   |
| Leichtathletikhalle | 2.00     | 11:07    | 5:33         | 80      | 3:48    | 419     | 4:56    | 10.00 | 53:16     | 5:19          | 67      | 16:57   | 376     | 26:48   |