



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Plaschke, Susanne

□□□: 55:45

□□: Erfurt

□□: 10.76 km/h

□□: 1566

□□□□: 5:35 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 496 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 69 (of 118)

□□□□□□: 36:13

□□□□:

□□□□□: 22 (of 34)

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 38:37

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:41	5:20	18	3:17	55	3:41	2.00	10:41	5:20	24	-	19	2:54
Runde	2.00	10:42	5:20	19	3:06	59	3:24	4.00	21:23	5:20	26	-	24	3:39
Runde	2.00	11:21	5:40	22	3:33	72	4:00	6.00	32:44	5:27	26	-	24	6:17
Runde	2.00	11:33	5:46	22	3:36	71	4:14	8.00	44:17	5:32	26	-	24	9:02
Leichtathletikhalle	2.00	11:28	5:44	24	3:40	78	4:13	10.00	55:45	5:34	22	17:08	69	19:32