



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Fabig, Robert

□□: FSV Martinroda

□□: 1233

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 51:45

□□: 11.59 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 379 (of 618)

□□□□□/□: 339 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 71(of 107)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:28	5:14	66	3:43	325	4:25	2.00	10:28	5:14	30	2:00	132	1:58
Runde	2.00	9:57	4:58	66	3:02	307	3:51	4.00	20:25	5:06	48	3:16	210	8:07
Runde	2.00	10:11	5:05	67	3:06	310	3:57	6.00	30:36	5:06	48	4:44	228	12:04
Runde	2.00	10:32	5:15	75	3:25	344	4:16	8.00	41:08	5:08	48	6:29	228	16:20
Leichtathletikhall	2.00	10:37	5:18	80	3:49	372	4:26	10.00	51:45	5:10	71	17:04	340	25:17