



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Sachs, Hans-Jürgen

□□□: 51:39

□□: Erfurt

□□: 11.62 km/h

□□: 1286

□□□□: 5:10 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 375 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 336 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 10(of 20)

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□□□□□: 41:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:45	5:22	14	4:30	371	4:42	2.00	10:45	5:22	14	0:16	165	2:15	
Runde	2.00	10:18	5:09	13	4:12	369	4:12	4.00	21:03	5:15	16	0:31	198	8:45	
Runde	2.00	10:20	5:10	11	3:55	335	4:06	6.00	31:23	5:13	16	0:24	242	12:51	
Runde	2.00	10:16	5:08	10	3:44	309	4:00	8.00	41:39	5:12	16	0:07	242	16:51	
Leichtathletikhalle	2.00	10:00	5:00	8	1:37	303	3:49	10.00	51:39	5:09	10	9:40	337	25:11	