



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Unger, Thomas

□□□: 50:50

□□: Erfurt

□□: 11.80 km/h

□□: 1423

□□□□: 5:05 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 333 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 303 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 107(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:37	4:48	84	2:59	239	3:34	2.00	9:37	4:48	65	1:07	73	1:07
Runde	2.00	9:54	4:57	106	3:03	295	3:48	4.00	19:31	4:52	58	5:13	169	7:13
Runde	2.00	10:22	5:11	122	3:14	341	4:08	6.00	29:53	4:58	89	8:13	248	11:21
Runde	2.00	10:37	5:18	127	3:37	355	4:21	8.00	40:30	5:03	89	11:31	248	15:42
Leichtathletikhall	2.00	10:20	5:10	119	3:25	343	4:09	10.00	50:50	5:05	107	16:18	304	24:22