



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Paulik, Thomas

□□□: 47:54

□□: Computer Stare

□□: 12.53 km/h

□□: 1735

□□□□: 4:47 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 243 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 226 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 84(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:24	4:12	30	1:46	91	2:21	2.00	8:24	4:12	28		79	
Runde	2.00	9:17	4:38	77	2:26	199	3:11	4.00	17:41	4:25	94	3:23	171	5:23
Runde	2.00	9:53	4:56	91	2:45	262	3:39	6.00	27:34	4:35	60	5:54	173	9:02
Runde	2.00	10:14	5:06	108	3:14	302	3:58	8.00	37:48	4:43	92	8:49	256	13:00
Leichtathletikhall	2.00	10:06	5:02	109	3:11	313	3:55	10.00	47:54	4:47	84	13:22	227	21:26