



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Jesse, Mario

□□□: 46:57

□□: Hobby

□□: 12.78 km/h

□□: 1145

□□□□: 4:42 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 212 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 198 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 20(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:31	4:45	29	2:31	218	3:28	2.00	9:31	4:45	14	1:07	61	1:01
Runde	2.00	9:06	4:32	15	1:48	169	3:00	4.00	18:37	4:39	69		138	6:19
Runde	2.00	9:22	4:41	17	2:01	197	3:08	6.00	27:59	4:39	69		258	9:27
Runde	2.00	9:38	4:48	23	2:17	214	3:22	8.00	37:37	4:42	69		258	12:49
Leichtathletikhall	2.00	9:20	4:40	22	2:01	211	3:09	10.00	46:57	4:41	20	10:38	199	20:29