



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Räthel, Jens

□□□: 51:18

□□: TSSC Erfurt

□□: 11.70 km/h

□□: 1457

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 355 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 319 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 114(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:35	5:17	128	3:57	347	4:32	2.00	10:35	5:17	71	2:05	106	2:05	
Runde	2.00	9:58	4:59	113	3:07	310	3:52	4.00	20:33	5:08	95	6:15	266	8:15	
Runde	2.00	10:08	5:03	108	3:00	298	3:54	6.00	30:41	5:06	69	9:01	190	12:09	
Runde	2.00	10:12	5:05	105	3:12	296	3:56	8.00	40:53	5:06	93	11:54	263	16:05	
Leichtathletikhalle	2.00	10:25	5:12	123	3:30	353	4:14	10.00	51:18	5:07	114	16:46	320	24:50	