



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Rätsch, Sebastian

□□□: 58:13

□□: Erfurt

□□: 10.31 km/h

□□: 1093

□□□□: 5:49 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 542 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 458 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 94(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:14	6:06	101	5:29	480	6:11	2.00	12:14	6:06	39	3:46	194	3:44
Runde	2.00	11:25	5:42	96	4:30	459	5:19	4.00	23:39	5:54	59	6:30	283	11:21
Runde	2.00	11:26	5:43	94	4:21	449	5:12	6.00	35:05	5:50	59	9:13	280	16:33
Runde	2.00	11:47	5:53	90	4:40	446	5:31	8.00	46:52	5:51	59	12:13	280	22:04
Leichtathletikhalle	2.00	11:21	5:40	88	4:33	435	5:10	10.00	58:13	5:49	94	23:32	459	31:45