



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Fehringer, Carsten

□□□: 46:07

□□: Zella- Mehlis

□□: 13.01 km/h

□□: 1540

□□□□: 4:37 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 184 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 172 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 66(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:32	4:46	77	2:54	221	3:29	2.00	9:32	4:46	75	1:02	197	1:02
Runde	2.00	8:57	4:28	58	2:06	157	2:51	4.00	18:29	4:37	101	4:11	287	6:11
Runde	2.00	9:10	4:34	63	2:02	169	2:56	6.00	27:39	4:36	99	5:59	284	9:07
Runde	2.00	9:19	4:39	64	2:19	169	3:03	8.00	36:58	4:37	99	7:59	143	12:10
Leichtathletikhall	2.00	9:09	4:34	71	2:14	186	2:58	10.00	46:07	4:36	66	11:35	173	19:39