



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

**Kiszka, Michael**

□□□: 1:00:56

□□: Erfurt

□□: 9.85 km/h

□□: 1677

□□□□: 6:05 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 576 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 478 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 100(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:59	5:29	78	4:14	394	4:56	2.00	10:59	5:29	24	2:31	120	2:29	
Runde	2.00	11:47	5:53	101	4:52	477	5:41	4.00	22:46	5:41	60	5:37	288	10:28	
Runde	2.00	12:39	6:19	105	5:34	488	6:25	6.00	35:25	5:54	60	9:33	285	16:53	
Runde	2.00	13:06	6:32	104	5:59	491	6:50	8.00	48:31	6:03	60	13:52	285	23:43	
Leichtathletikhall	2.00	12:25	6:12	99	5:37	478	6:14	10.00	1:00:56	6:05	100	26:15	479	34:28	