



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Althaus, Harald

□□□: 46:33

□□: Dingelstädt

□□: 12.89 km/h

□□: 1553

□□□□: 4:40 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 199 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 186 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 18(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:54	4:27	16	1:54	152	2:51	2.00	8:54	4:27	78	0:30	453	0:24
Runde	2.00	9:18	4:39	21	2:00	203	3:12	4.00	18:12	4:32	17		294	5:54
Runde	2.00	9:31	4:45	25	2:10	217	3:17	6.00	27:43	4:37	17		260	9:11
Runde	2.00	9:38	4:48	23	2:17	214	3:22	8.00	37:21	4:40	17		291	12:33
Leichtathletikhall	2.00	9:12	4:35	17	1:53	195	3:01	10.00	46:33	4:39	18	10:14	187	20:05