



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Reisener, Sigurd

□□□: 58:31

□□: ANNA KRAM: Laufend helfen

□□: 10.25 km/h

□□: 1425

□□□□: 5:51 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 548 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 461 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 158(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:21	6:10	168	5:43	487	6:18	2.00	12:21	6:10	77	3:51	206	3:51
Runde	2.00	11:38	5:48	161	4:47	472	5:32	4.00	23:59	5:59	104	9:41	298	11:41
Runde	2.00	11:43	5:51	158	4:35	458	5:29	6.00	35:42	5:57	102	14:02	295	17:10
Runde	2.00	11:32	5:46	155	4:32	439	5:16	8.00	47:14	5:54	102	18:15	295	22:26
Leichtathletikhalle	2.00	11:17	5:38	153	4:22	428	5:06	10.00	58:31	5:51	158	23:59	462	32:03