



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Wagner, Michael

□□□: 47:59

□□: Erfurt

□□: 12.50 km/h

□□: 1324

□□□□: 4:48 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 245 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 229 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 55(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:21	5:10	63	3:36	314	4:18	2.00	10:21	5:10	42	1:53	207	1:51	
Runde	2.00	9:09	4:34	42	2:14	177	3:03	4.00	19:30	4:52	62	2:21	260	7:12	
Runde	2.00	9:24	4:42	49	2:19	200	3:10	6.00	28:54	4:48	35	3:02	97	10:22	
Runde	2.00	9:44	4:51	56	2:37	233	3:28	8.00	38:38	4:49	62	3:59	139	13:50	
Leichtathletikhall	2.00	9:21	4:40	52	2:33	215	3:10	10.00	47:59	4:47	55	13:18	230	21:31	