



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Koch, Mathias

□□□: 51:45

□□: Erfurt

□□: 11.59 km/h

□□: 1452

□□□□: 5:11 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 380 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 339 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 121(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:10	5:04	105	3:32	294	4:07	2.00	10:10	5:04	78	1:40	136	1:40	
Runde	2.00	10:13	5:06	125	3:22	353	4:07	4.00	20:23	5:05	105	6:05	301	8:05	
Runde	2.00	10:22	5:11	122	3:14	341	4:08	6.00	30:45	5:07	103	9:05	227	12:13	
Runde	2.00	10:30	5:15	121	3:30	341	4:14	8.00	41:15	5:09	103	12:16	227	16:27	
Leichtathletikhalle	2.00	10:30	5:15	126	3:35	361	4:19	10.00	51:45	5:10	121	17:13	340	25:17	