



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Coccejus, Michael

□□□: 57:08

□□: ANNA KRAM: Laufend helfen

□□: 10.50 km/h

□□: 1427

□□□□: 5:43 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 519 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 443 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 85(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:39	5:49	81	4:39	445	5:36	2.00	11:39	5:49	4	3:15	161	3:09
Runde	2.00	11:01	5:30	81	3:43	431	4:55	4.00	22:40	5:40	15	1:59	303	10:22
Runde	2.00	11:12	5:35	81	3:51	430	4:58	6.00	33:52	5:38	15	2:54	300	15:20
Runde	2.00	11:37	5:48	86	4:16	443	5:21	8.00	45:29	5:41	15	4:08	300	20:41
Leichtathletikhalle	2.00	11:39	5:49	87	4:20	453	5:28	10.00	57:08	5:42	85	20:49	444	30:40