



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kässner, Andreas

□□□: 51:29

□□: ILA Erfurt

□□: 11.65 km/h

□□: 1739

□□□□: 5:09 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 365 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 339 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 54(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:22	5:11	51	3:22	315	4:19	2.00	10:22	5:11	2	1:58	219	1:52
Runde	2.00	10:19	5:09	64	3:01	372	4:13	4.00	20:41	5:10	1	-	311	8:23
Runde	2.00	10:17	5:08	54	2:56	328	4:03	6.00	30:58	5:09	1	-	308	12:26
Runde	2.00	10:23	5:11	53	3:02	326	4:07	8.00	41:21	5:10	1	-	308	16:33
Leichtathletikhalle	2.00	10:08	5:03	50	2:49	318	3:57	10.00	51:29	5:08	54	15:10	331	25:01