



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Wilcken, Rene

□□: FSV Sömmerda

□□: 1158

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 49:33

□□: 12.11 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□: 299 (of 618)

□□□□□□: 272 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 93(of 171)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:42	4:20	52	2:04	133	2:39	2.00	8:42	4:20	8	0:12	21	0:12
Runde	2.00	9:41	4:50	89	2:50	255	3:35	4.00	18:23	4:35	116	4:05	337	6:05
Runde	2.00	10:08	5:03	108	3:00	298	3:54	6.00	28:31	4:45	49	6:51	146	9:59
Runde	2.00	10:22	5:11	116	3:22	323	4:06	8.00	38:53	4:51	114	9:54	334	14:05
Leichtathletikhalle	2.00	10:40	5:19	131	3:45	377	4:29	10.00	49:33	4:57	93	15:01	273	23:05