



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Dembeck, Tino

□□□: 18:37

□□: FsV 90 Henningsleben

□□: 12.89 km/h

□□: 11

□□□□: 4:39 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 89 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 71 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 14(of 23)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 11:54

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 8:57 | 4:28 | 13 | 2:58 | 67 | 2:58 | 2.00 | 8:57 | 4:28 | 12 | 0:37 | 61 | 2:57 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 9:40 | 4:49 | 15 | 3:46 | 94 | 3:46 | 4.00 | 18:37 | 4:39 | 14 | 6:43 | 71 | 6:43 |