



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Steinmetz, Matthias

□□□: 48:38

□□: RV Elxleben

□□: 12.34 km/h

□□: 1206

□□□□: 4:52 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 267 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 247 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 54(of 82)

Männer (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 31:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:41	5:20	65	4:38	360	4:38	2.00	10:41	5:20	11	0:53	157	2:11
Runde	2.00	9:48	4:54	56	3:34	276	3:42	4.00	20:29	5:07	12	1:56	230	8:11
Runde	2.00	9:41	4:50	51	3:27	235	3:27	6.00	30:10	5:01	12	1:20	324	11:38
Runde	2.00	9:45	4:52	54	3:29	239	3:29	8.00	39:55	4:59	12	1:11	339	15:07
Leichtathletikhall	2.00	8:43	4:21	31	2:32	120	2:32	10.00	48:38	4:51	55	22:10	248	22:10