



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Dehmel, Gerhard

□□□: 50:54

□□: ThWV Ilmenau

□□: 11.79 km/h

□□: 1146

□□□□: 5:05 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 336 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 306 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 2 (of 9)

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

□□□□□□□: 46:56

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:30	4:45	2	0:37	215	3:27	2.00	9:30	4:45	6	-	75	1:00
Runde	2.00	10:04	5:01	2	0:47	332	3:58	4.00	19:34	4:53	7	-	348	7:16
Runde	2.00	10:28	5:14	2	1:03	357	4:14	6.00	30:02	5:00	6	2:27	345	11:30
Runde	2.00	10:33	5:16	2	0:54	350	4:17	8.00	40:35	5:04	6	3:21	345	15:47
Leichtathletikhalle	2.00	10:19	5:09	3	0:37	342	4:08	10.00	50:54	5:05	2	3:58	307	24:26