



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Tietzel, Silke

□□□: 48:01

□□: Erfurt

□□: 12.50 km/h

□□: 1519

□□□□: 4:48 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 247 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 17 (of 118)

□□□□□□: 36:13

□□□□:

□□□□□: 2 (of 40)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 44:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:39	4:49	3	1:10	21	2:39	2.00	9:39	4:49	3	1:10	59	1:52	
Runde	2.00	9:33	4:46	2	0:41	18	2:15	4.00	19:12	4:47	3	1:51	66	1:28	
Runde	2.00	9:46	4:53	2	0:42	21	2:25	6.00	28:58	4:49	3	2:33	66	2:31	
Runde	2.00	9:41	4:50	2	0:31	18	2:22	8.00	38:39	4:49	3	3:04	66	3:24	
Leichtathletikhall	2.00	9:22	4:41	2	0:12	16	2:07	10.00	48:01	4:48	2	3:16	17	11:48	