



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Wieschalla, Holger

□□□: 51:20

□□: Drei Gleichen

□□: 11.69 km/h

□□: 1418

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 356 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 321 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 115(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:32	5:15	123	3:54	337	4:29	2.00	10:32	5:15	64	2:02	164	2:02
Runde	2.00	10:23	5:11	138	3:32	379	4:17	4.00	20:55	5:13	123	6:37	359	8:37
Runde	2.00	10:19	5:09	120	3:11	333	4:05	6.00	31:14	5:12	121	9:34	356	12:42
Runde	2.00	10:14	5:06	108	3:14	302	3:58	8.00	41:28	5:11	121	12:29	356	16:40
Leichtathletikhalle	2.00	9:52	4:56	97	2:57	285	3:41	10.00	51:20	5:08	115	16:48	322	24:52