



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schröder, Frank

□□□: 51:59

□□: Erfurt

□□: 11.54 km/h

□□: 1417

□□□□: 5:12 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 391 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 349 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 124(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:08	5:33	152	4:30	411	5:05	2.00	11:08	5:33	99	2:38	269	2:38
Runde	2.00	10:18	5:09	135	3:27	369	4:12	4.00	21:26	5:21	126	7:08	363	9:08
Runde	2.00	10:01	5:00	106	2:53	286	3:47	6.00	31:27	5:14	124	9:47	360	12:55
Runde	2.00	10:19	5:09	112	3:19	315	4:03	8.00	41:46	5:13	124	12:47	360	16:58
Leichtathletikhalle	2.00	10:13	5:06	116	3:18	329	4:02	10.00	51:59	5:11	124	17:27	350	25:31