



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Wegler, Dirk

□□□: 53:58

□□: Erfurt

□□: 11.12 km/h

□□: 1347

□□□□: 5:24 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 448 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 393 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 139(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:07	5:03	103	3:29	290	4:04	2.00	10:07	5:03	100	1:37	270	1:37
Runde	2.00	10:48	5:24	151	3:57	418	4:42	4.00	20:55	5:13	123	6:37	359	8:37
Runde	2.00	11:09	5:34	148	4:01	422	4:55	6.00	32:04	5:20	125	10:24	361	13:32
Runde	2.00	11:09	5:34	147	4:09	411	4:53	8.00	43:13	5:24	125	14:14	186	18:25
Leichtathletikhall	2.00	10:45	5:22	134	3:50	385	4:34	10.00	53:58	5:23	139	19:26	394	27:30