



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Dalbert, Frank

□□□: 54:43

□□: Chaosteam

□□: 10.97 km/h

□□: 1212

□□□□: 5:28 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 472 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 412 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 146(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:14	5:06	109	3:36	302	4:11	2.00	10:14	5:06	12	1:44	25	1:44
Runde	2.00	10:52	5:26	152	4:01	421	4:46	4.00	21:06	5:16	128	6:48	189	8:48
Runde	2.00	11:13	5:36	152	4:05	432	4:59	6.00	32:19	5:23	126	10:39	363	13:47
Runde	2.00	11:24	5:42	152	4:24	427	5:08	8.00	43:43	5:27	126	14:44	253	18:55
Leichtathletikhalle	2.00	11:00	5:30	145	4:05	410	4:49	10.00	54:43	5:28	146	20:11	413	28:15