



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Hartmann, Alexander

□□□: 48:15

□□: Bad Langensalza

□□: 12.44 km/h

□□: 1117

□□□□: 4:49 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 254 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 235 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 85(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:58	4:29	56	2:20	157	2:55	2.00	8:58	4:29	157	0:28	458	0:28
Runde	2.00	9:43	4:51	94	2:52	263	3:37	4.00	18:41	4:40	130	4:23	167	6:23
Runde	2.00	9:44	4:51	86	2:36	244	3:30	6.00	28:25	4:44	128	6:45	367	9:53
Runde	2.00	10:02	5:00	94	3:02	273	3:46	8.00	38:27	4:48	56	9:28	166	13:39
Leichtathletikhall	2.00	9:48	4:54	94	2:53	276	3:37	10.00	48:15	4:49	85	13:43	236	21:47