



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Haag, Heike

□□□: 54:50

□□: SV Wartburgstadt Eisenach Triathlon

□□: 10.94 km/h

□□: 1065

□□□□: 5:29 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 476 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 62 (of 118)

□□□□□□: 36:13

□□□□:

□□□□□: 21 (of 40)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 44:45

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:14	5:36	25	2:45	77	4:14	2.00	11:14	5:36	10	2:45	71	3:27
Runde	2.00	11:05	5:32	25	2:13	75	3:47	4.00	22:19	5:34	10	4:58	78	4:35
Runde	2.00	11:00	5:30	20	1:56	60	3:39	6.00	33:19	5:33	10	6:54	78	6:52
Runde	2.00	11:02	5:30	18	1:52	57	3:43	8.00	44:21	5:32	10	8:46	78	9:06
Leichtathletikhall	2.00	10:29	5:14	12	1:19	45	3:14	10.00	54:50	5:29	21	10:05	62	18:37