



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Rogge, Steffen

□□□: 50:49

□□: TSV Büttstedt

□□: 11.81 km/h

□□: 1691

□□□□: 5:05 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 332 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 302 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 64(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:05	5:32	82	4:20	403	5:02	2.00	11:05	5:32	49	2:37	175	2:35	
Runde	2.00	10:08	5:03	73	3:13	339	4:02	4.00	21:13	5:18	69	4:04	330	8:55	
Runde	2.00	10:07	5:03	64	3:02	293	3:53	6.00	31:20	5:13	69	5:28	327	12:48	
Runde	2.00	10:00	5:00	60	2:53	265	3:44	8.00	41:20	5:10	69	6:41	327	16:32	
Leichtathletikhall	2.00	9:29	4:44	55	2:41	232	3:18	10.00	50:49	5:04	64	16:08	303	24:21	