



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Hoffmann, Uwe

□□□: 49:25

□□: Wiehe

□□: 12.14 km/h

□□: 1481

□□□□: 4:56 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 295 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 269 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 60(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□ | □□□ | □□□ | □□□ | □□ | □□ | □□ | □□ |
|--------------------|------|-------|--------|----|------|-----|------|-------|-------|--------|----|-------|-----|-------|
| | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ | km | □□ | min/km | - | - | □ | □ |
| Runde | 2.00 | 9:26 | 4:43 | 46 | 2:41 | 207 | 3:23 | 2.00 | 9:26 | 4:43 | 69 | 0:58 | 76 | 0:56 |
| Runde | 2.00 | 9:37 | 4:48 | 59 | 2:42 | 245 | 3:31 | 4.00 | 19:03 | 4:45 | 91 | 1:54 | 423 | 6:45 |
| Runde | 2.00 | 9:58 | 4:59 | 62 | 2:53 | 279 | 3:44 | 6.00 | 29:01 | 4:50 | 91 | 3:09 | 229 | 10:29 |
| Runde | 2.00 | 10:19 | 5:09 | 69 | 3:12 | 315 | 4:03 | 8.00 | 39:20 | 4:55 | 91 | 4:41 | 420 | 14:32 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 10:05 | 5:02 | 70 | 3:17 | 310 | 3:54 | 10.00 | 49:25 | 4:56 | 60 | 14:44 | 270 | 22:57 |