



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Langenhan, Detlef

□□□: 1:02:57

□□: Erfurt

□□: 9.53 km/h

□□: 1043

□□□□: 6:18 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 595 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 487 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 166(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:19	6:09	166	5:41	484	6:16	2.00	12:19	6:09	119	3:49	336	3:49
Runde	2.00	12:18	6:09	168	5:27	488	6:12	4.00	24:37	6:09	149	10:19	434	12:19
Runde	2.00	12:35	6:17	165	5:27	486	6:21	6.00	37:12	6:12	147	15:32	431	18:40
Runde	2.00	13:03	6:31	167	6:03	489	6:47	8.00	50:15	6:16	147	21:16	431	25:27
Leichtathletikhall	2.00	12:42	6:20	165	5:47	480	6:31	10.00	1:02:57	6:17	166	28:25	488	36:29