



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Schuch, Joachim

□□□: 44:31

□□: Weißensee

□□: 13.48 km/h

□□: 1325

□□□□: 4:27 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 142 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 134 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 12(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:04	4:31	18	2:04	167	3:01	2.00	9:04	4:31	80	0:40	468	0:34
Runde	2.00	8:49	4:24	13	1:31	138	2:43	4.00	17:53	4:28	33		385	5:35
Runde	2.00	9:01	4:30	13	1:40	146	2:47	6.00	26:54	4:29	33		440	8:22
Runde	2.00	8:52	4:26	10	1:31	101	2:36	8.00	35:46	4:28	33		440	10:58
Leichtathletikhall	2.00	8:45	4:22	10	1:26	128	2:34	10.00	44:31	4:27	12	8:12	135	18:03