



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Janke, Claus

□□□: 50:56

□□: Erfurt

□□: 11.78 km/h

□□: 1003

□□□□: 5:05 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 338 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 308 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 108(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:30	5:15	120	3:52	332	4:27	2.00	10:30	5:15	48	2:00	119	2:00	
Runde	2.00	9:55	4:57	110	3:04	300	3:49	4.00	20:25	5:06	156	6:07	210	8:07	
Runde	2.00	10:07	5:03	107	2:59	293	3:53	6.00	30:32	5:05	154	8:52	449	12:00	
Runde	2.00	10:16	5:08	111	3:16	309	4:00	8.00	40:48	5:05	154	11:49	449	16:00	
Leichtathletikhalle	2.00	10:08	5:03	111	3:13	318	3:57	10.00	50:56	5:05	108	16:24	309	24:28	