



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

**Baumgarten, Frank**

□□□: 44:14

□□: SG Eschenbergen

□□: 13.56 km/h

□□: 1459

□□□□: 4:25 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 132 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 123 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 47(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde              | 2.00     | 8:35     | 4:17         | 41      | 1:57    | 115     | 2:32    | 2.00  | 8:35      | 4:17          | 9       | 0:05    | 22      | 0:05    |
| Runde              | 2.00     | 8:36     | 4:17         | 37      | 1:45    | 107     | 2:30    | 4.00  | 17:11     | 4:17          | 3       | 2:53    | 9       | 4:53    |
| Runde              | 2.00     | 8:53     | 4:26         | 43      | 1:45    | 119     | 2:39    | 6.00  | 26:04     | 4:20          | 156     | 4:24    | 70      | 7:32    |
| Runde              | 2.00     | 9:13     | 4:36         | 61      | 2:13    | 155     | 2:57    | 8.00  | 35:17     | 4:24          | 156     | 6:18    | 452     | 10:29   |
| Leichtathletikhall | 2.00     | 8:57     | 4:28         | 63      | 2:02    | 154     | 2:46    | 10.00 | 44:14     | 4:25          | 47      | 9:42    | 124     | 17:46   |