



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Ehrhardt, Ronny

□□□: 44:16

□□: Herbsleben

□□: 13.55 km/h

□□: 1152

□□□□: 4:26 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 134 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 125 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 30(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:34	4:16	26	1:49	108	2:31	2.00	8:34	4:16	4	0:06	11	0:04
Runde	2.00	8:50	4:25	32	1:55	141	2:44	4.00	17:24	4:20	103	0:15	67	5:06
Runde	2.00	9:03	4:31	37	1:58	151	2:49	6.00	26:27	4:24	103	0:35	468	7:55
Runde	2.00	9:05	4:32	32	1:58	134	2:49	8.00	35:32	4:26	103	0:53	102	10:44
Leichtathletikhall	2.00	8:44	4:21	31	1:56	125	2:33	10.00	44:16	4:25	30	9:35	126	17:48