



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Feld, Steffen

□□□: 45:41

□□: Rheda - Wiedenbrück

□□: 13.13 km/h

□□: 1882

□□□□: 4:34 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 174 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 162 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 62(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
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	8:56	4:28	57	2:05	156	2:50	4.00	17:31	4:22	169	3:13	153	5:13
Runde	2.00	9:18	4:39	69	2:10	186	3:04	6.00	26:49	4:28	167	5:09	485	8:17
Runde	2.00	9:31	4:45	75	2:31	203	3:15	8.00	36:20	4:32	167	7:21	485	11:32
Leichtathletikhall	2.00	9:21	4:40	78	2:26	215	3:10	10.00	45:41	4:34	62	11:09	163	19:13