



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Stein, Markus

□□: ANNAKRAM e.V.

□□: 1701

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 54:01

□□: 11.11 km/h

□□□□: 5:24 min/km

□□□□□/□□□: 379 (of 637)

□□□□□/□: 337 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 16(of 21)

□□□□□□□: 33:03

□□□□

□□□□

□□□

| □□□               | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec   | 2.00     | 10:17    | 5:08         | 13      | 4:00    | 243     | 4:00    | 2.00      | 10:17     | 5:08          | 5       |         | 175     | 4:00    |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 9:42     | 4:50         | 11      | 3:12    | 220     | 3:19    | 4.00      | 19:59     | 4:59          | 5       |         | 438     | 7:19    |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 10:35    | 5:17         | 13      | 3:47    | 319     | 4:07    | 6.00      | 30:34     | 5:05          | 5       |         | 386     | 11:26   |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 11:05    | 5:32         | 15      | 4:18    | 371     | 4:41    | 8.00      | 41:39     | 5:12          | 5       |         | 433     | 16:07   |
| Leichtathletikhal | 2.00     | 12:22    | 6:11         | 20      | 5:41    | 457     | 6:19    | 10.00     | 54:01     | 5:24          | 16      | 20:58   | 337     | 22:26   |