



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Greiner, Daniel

□□: SV Söm

□□: 1690

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 37:47

□□: 15.88 km/h

□□□□: 3:47 min/km

□□□□□/□□□: 21 (of 637)

□□□□□/□: 21 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 5(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	7:01	3:30	3	0:44	10	0:44	2.00	7:01	3:30	6	0:44	25	0:44
Runde Langstrec	2.00	7:28	3:44	5	1:05	21	1:05	4.00	14:29	3:37	6	1:49	11	1:49
Runde Langstrec	2.00	7:43	3:51	5	1:15	21	1:15	6.00	22:12	3:41	6	3:04	25	3:04
Runde Langstrec	2.00	7:55	3:57	6	1:31	22	1:31	8.00	30:07	3:45	6	4:35	24	4:35
Leichtathletikhal	2.00	7:40	3:50	4	1:11	22	1:37	10.00	37:47	3:46	5	5:46	21	6:12