



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Thiel, Stefan

□□: SV Empor Buttstädt

□□: 1271

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 40:28

□□: 14.83 km/h

□□□□: 4:03 min/km

□□□□□/□□□: 45 (of 637)

□□□□□/□: 44 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 19(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:02	4:00	19	1:45	47	1:45	2.00	8:02	4:00	14	1:45	36	1:45
Runde Langstrec	2.00	8:12	4:05	24	1:49	54	1:49	4.00	16:14	4:03	16	3:34	40	3:34
Runde Langstrec	2.00	8:17	4:08	20	1:49	46	1:49	6.00	24:31	4:05	16	5:23	40	5:23
Runde Langstrec	2.00	8:13	4:06	17	1:49	43	1:49	8.00	32:44	4:05	16	7:12	39	7:12
Leichtathletikhal	2.00	7:44	3:52	9	1:15	30	1:41	10.00	40:28	4:02	19	8:27	44	8:53