



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Tressel, Tobias

00: Kirmesbuschen Wülfingerode

00: 1309

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 43:01

00: 13.95 km/h

0000: 4:18 min/km

00000/000: 72 (of 637)

00000/0: 70 (of 493)

000000: 31:35

00000: 33(of 133)

0000000: 32:01

0000

0000

000

項目	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間
	km	時間	min/km	-	-	時間	時間	km	時間	min/km	-	-	時間	時間
Runde Langstrecke	2.00	8:09	4:04	26	1:52	59	1:52	2.00	8:09	4:04	35	1:52	81	1:52
Runde Langstrecke	2.00	8:24	4:12	27	2:01	61	2:01	4.00	16:33	4:08	35	3:53	81	3:53
Runde Langstrecke	2.00	8:53	4:26	45	2:25	103	2:25	6.00	25:26	4:14	35	6:18	50	6:18
Runde Langstrecke	2.00	8:49	4:24	37	2:25	81	2:25	8.00	34:15	4:16	35	8:43	80	8:43
Leichtathletikhalle	2.00	8:46	4:23	50	2:17	113	2:43	10.00	43:01	4:18	33	11:00	70	11:26