



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Rinke, Jörn

00: TSV 1880 Gera Zwötzen

00: 1568

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 43:30

00: 13.79 km/h

0000: 4:21 min/km

00000/000: 88 (of 637)

00000/0: 85 (of 493)

000000: 31:35

00000: 16(of 135)

0000000: 33:35

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde Langstrec	2.00	8:36	4:17	20	2:08	84	2:19	2.00	8:36	4:17	17	2:08	82	2:19
Runde Langstrec	2.00	8:28	4:14	12	1:46	66	2:05	4.00	17:04	4:15	17	3:54	86	4:24
Runde Langstrec	2.00	8:42	4:20	17	1:50	81	2:14	6.00	25:46	4:17	17	5:44	86	6:38
Runde Langstrec	2.00	8:51	4:25	17	2:05	89	2:27	8.00	34:37	4:19	16	7:49	85	9:05
Leichtathletikhal	2.00	8:53	4:26	30	2:06	129	2:50	10.00	43:30	4:20	16	9:55	85	11:55