



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Herbst, Rene

□□: Boxverein Weimar e.V.

□□: 1312

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 47:09

□□: 12.73 km/h

□□□□: 4:43 min/km

□□□□□/□□□: 185 (of 637)

□□□□□/□: 175 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 31(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:34	4:46	34	3:17	190	3:17	2.00	9:34	4:46	53			141	3:17
Runde Langstrec	2.00	9:05	4:32	30	2:42	152	2:42	4.00	18:39	4:39	53			141	5:59
Runde Langstrec	2.00	9:10	4:34	29	2:42	142	2:42	6.00	27:49	4:38	27			113	8:41
Runde Langstrec	2.00	9:42	4:50	32	3:18	189	3:18	8.00	37:31	4:41	52			140	11:59
Leichtathletikhal	2.00	9:38	4:48	37	3:35	214	3:35	10.00	47:09	4:42	31	15:34		175	15:34