



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Fröhlich, Günter

00: SG Einheit Arnstadt

00: 1446

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 43:24

00: 13.82 km/h

0000: 4:20 min/km

00000/000: 84 (of 637)

00000/0: 82 (of 493)

000000: 31:35

00000: 37(of 133)

0000000: 32:01

0000

0000

000

| Runde               | km   | min/km | -    | -  | 0    | 0   | km   | min/km | -     | -    | 0  | 0     |
|---------------------|------|--------|------|----|------|-----|------|--------|-------|------|----|-------|
|                     | km   | min/km | -    | -  | 0    | 0   | km   | min/km | -     | -    | 0  | 0     |
| Runde Langstrecke   | 2.00 | 8:39   | 4:19 | 35 | 2:22 | 88  | 2:22 | 2.00   | 8:39  | 4:19 | 54 | 2:22  |
| Runde Langstrecke   | 2.00 | 8:43   | 4:21 | 44 | 2:20 | 98  | 2:20 | 4.00   | 17:22 | 4:20 | 46 | 4:42  |
| Runde Langstrecke   | 2.00 | 8:49   | 4:24 | 37 | 2:21 | 89  | 2:21 | 6.00   | 26:11 | 4:21 | 54 | 7:03  |
| Runde Langstrecke   | 2.00 | 8:57   | 4:28 | 44 | 2:33 | 101 | 2:33 | 8.00   | 35:08 | 4:23 | 54 | 9:36  |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 8:16   | 4:08 | 31 | 1:47 | 63  | 2:13 | 10.00  | 43:24 | 4:20 | 37 | 11:23 |