



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Deutschland, Andreas

□□: Großneuhausen

□□: 1082

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 44:43

□□: 13.42 km/h

□□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□: 119 (of 637)

□□□□□/□: 113 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 26(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:24	4:12	15	1:56	73	2:07	2.00	8:24	4:12	43	1:56	160	2:07
Runde Langstrec	2.00	8:52	4:26	32	2:10	126	2:29	4.00	17:16	4:18	26	4:06	107	4:36
Runde Langstrec	2.00	9:06	4:32	32	2:14	128	2:38	6.00	26:22	4:23	39	6:20	142	7:14
Runde Langstrec	2.00	9:24	4:42	46	2:38	161	3:00	8.00	35:46	4:28	24	8:58	103	10:14
Leichtathletikhal	2.00	8:57	4:28	33	2:10	133	2:54	10.00	44:43	4:28	26	11:08	113	13:08