



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kind, Benjamin

□□: Salamander FC

□□: 1482

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 51:14

□□: 11.71 km/h

□□□□: 5:07 min/km

□□□□□/□□□: 298 (of 637)

□□□□□/□: 270 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 45(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:21	5:10	45	4:04	254	4:04	2.00	10:21	5:10	58		178	4:04
Runde Langstrec	2.00	10:10	5:04	47	3:47	275	3:47	4.00	20:31	5:07	58		178	7:51
Runde Langstrec	2.00	10:20	5:10	46	3:52	284	3:52	6.00	30:51	5:08	58		177	11:43
Runde Langstrec	2.00	10:29	5:14	46	4:05	292	4:05	8.00	41:20	5:10	19		176	15:48
Leichtathletikh	2.00	9:54	4:57	46	3:51	257	3:51	10.00	51:14	5:07	45	19:39	270	19:39