



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Möller, Andi

□□: Erfurt

□□: 1488

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 48:46

□□: 12.30 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 224 (of 637)

□□□□□/□: 208 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 58(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	70	3:56	257	4:07	2.00	10:24	5:12	59	3:56	180	4:07
Runde Langstrec	2.00	9:27	4:43	56	2:45	190	3:04	4.00	19:51	4:57	59	6:41	194	7:11
Runde Langstrec	2.00	9:44	4:51	60	2:52	210	3:16	6.00	29:35	4:55	59	9:33	206	10:27
Runde Langstrec	2.00	9:47	4:53	60	3:01	200	3:23	8.00	39:22	4:55	58	12:34	205	13:50
Leichtathletikhal	2.00	9:24	4:42	52	2:37	186	3:21	10.00	48:46	4:52	58	15:11	208	17:11