



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Hartmann, Alexander

00: Spielmannszug der Stadt Bad Langensalza
00: 1397

00: 10.00 km
Vintage VDB Lauf

0000:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 49:27

00: 12.13 km/h
0000: 4:56 min/km

00000/000: 242 (of 637)

00000/0: 225 (of 493)

000000: 31:35

00000: 67(of 135)

0000000: 33:35

0000

0000

000

Runde	km	min	min/km	-	-	km	min	km	min	min/km	-	-	km	min
	km	min	min/km	-	-	km	min	km	min	min/km	-	-	km	min
Runde Langstrecke	2.00	9:54	4:57	56	3:26	212	3:37	2.00	9:54	4:57	60	3:26	208	3:37
Runde Langstrecke	2.00	9:58	4:59	73	3:16	260	3:35	4.00	19:52	4:58	48	6:42	175	7:12
Runde Langstrecke	2.00	10:02	5:00	72	3:10	243	3:34	6.00	29:54	4:59	60	9:52	207	10:46
Runde Langstrecke	2.00	10:01	5:00	70	3:15	235	3:37	8.00	39:55	4:59	59	13:07	206	14:23
Leichtathletikhalle	2.00	9:32	4:46	56	2:45	200	3:29	10.00	49:27	4:56	67	15:52	225	17:52