



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kahle, Stefan

□□: 1615

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 49:49

□□: 12.04 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 254 (of 637)

□□□□□/□: 235 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 69(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:13	5:06	64	3:45	239	3:56	2.00	10:13	5:06	71	3:45	161	3:56
Runde Langstrec	2.00	9:47	4:53	67	3:05	232	3:24	4.00	20:00	5:00	71	6:50	248	7:20
Runde Langstrec	2.00	9:53	4:56	67	3:01	228	3:25	6.00	29:53	4:58	71	9:51	247	10:45
Runde Langstrec	2.00	10:06	5:02	72	3:20	242	3:42	8.00	39:59	4:59	70	13:11	246	14:27
Leichtathletikhal	2.00	9:50	4:55	71	3:03	245	3:47	10.00	49:49	4:58	69	16:14	235	18:14