



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Lehmann, Michael

00: Arnstadt

00: 1548

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 56:51

00: 10.55 km/h

0000: 5:41 min/km

00000/000: 478 (of 637)

00000/0: 408 (of 493)

000000: 31:35

00000: 115(of 133)

0000000: 32:01

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde Langstrec	2.00	9:53	4:56	70	3:36	209	3:36	2.00	9:53	4:56	75	3:36	198	3:36
Runde Langstrec	2.00	10:55	5:27	105	4:32	382	4:32	4.00	20:48	5:12	75	8:08	249	8:08
Runde Langstrec	2.00	11:37	5:48	118	5:09	427	5:09	6.00	32:25	5:24	75	13:17	248	13:17
Runde Langstrec	2.00	12:01	6:00	123	5:37	446	5:37	8.00	44:26	5:33	75	18:54	247	18:54
Leichtathletikh	2.00	12:25	6:12	127	5:56	460	6:22	10.00	56:51	5:41	115	24:50	408	25:16