



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Krausmüller, Johannes

□□: 1636

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 1:01:52

□□: 9.70 km/h

□□□□: 6:11 min/km

□□□□□/□□□: 584 (of 637)

□□□□□/□: 466 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 128(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:56	5:58	114	5:39	418	5:39	2.00	11:56	5:58	90	5:39	315	5:39
Runde Langstrec	2.00	11:41	5:50	124	5:18	459	5:18	4.00	23:37	5:54	90	10:57	315	10:57
Runde Langstrec	2.00	12:20	6:10	128	5:52	468	5:52	6.00	35:57	5:59	90	16:49	310	16:49
Runde Langstrec	2.00	13:09	6:34	131	6:45	475	6:45	8.00	49:06	6:08	90	23:34	313	23:34
Leichtathletikhal	2.00	12:46	6:23	129	6:17	469	6:43	10.00	1:01:52	6:11	128	29:51	466	30:17