



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Köhler, Marcel

00: Erfurt- Molsdorf

00: 1544

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 59:38

00: 10.06 km/h

0000: 5:58 min/km

00000/000: 549 (of 637)

00000/0: 452 (of 493)

000000: 31:35

00000: 125(of 133)

0000000: 32:01

0000

0000

000

項目	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間
	km	時間	min/km	-	-	時間	時間	km	時間	min/km	-	-	時間	時間
Runde Langstrecke	2.00	12:35	6:17	122	6:18	457	6:18	2.00	12:35	6:17	95	6:18	329	6:18
Runde Langstrecke	2.00	11:40	5:49	123	5:17	457	5:17	4.00	24:15	6:03	95	11:35	329	11:35
Runde Langstrecke	2.00	11:46	5:53	121	5:18	439	5:18	6.00	36:01	6:00	95	16:53	328	16:53
Runde Langstrecke	2.00	11:54	5:57	120	5:30	439	5:30	8.00	47:55	5:59	95	22:23	327	22:23
Leichtathletikhal	2.00	11:43	5:51	120	5:14	435	5:40	10.00	59:38	5:57	125	27:37	452	28:03