



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Liesegang, René

□□: SV 90 Nordhausen Triathlon

□□: 1551

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 53:06

□□: 11.30 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 358 (of 637)

□□□□□/□: 319 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 56(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:46	5:23	49	4:29	300	4:29	2.00	10:46	5:23	3		343	4:29
Runde Langstrec	2.00	10:48	5:24	59	4:25	365	4:25	4.00	21:34	5:23	3		343	8:54
Runde Langstrec	2.00	10:55	5:27	59	4:27	362	4:27	6.00	32:29	5:24	3		245	13:21
Runde Langstrec	2.00	10:57	5:28	54	4:33	353	4:33	8.00	43:26	5:25	2		341	17:54
Leichtathletikhal	2.00	9:40	4:49	38	3:37	218	3:37	10.00	53:06	5:18	56	21:31	319	21:31