



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Schilling, Nils

□□: 1714

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 55:17

□□: 10.85 km/h

□□□□: 5:32 min/km

□□□□□/□□□: 429 (of 637)

□□□□□/□: 376 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 17(of 21)

□□□□□□□: 33:03

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:17	5:38	18	5:00	352	5:00	2.00	11:17	5:38	9	0:45	230	5:00
Runde Langstrec	2.00	10:15	5:07	14	3:45	292	3:52	4.00	21:32	5:23	9		358	8:52
Runde Langstrec	2.00	10:16	5:08	12	3:28	276	3:48	6.00	31:48	5:17	9		357	12:40
Runde Langstrec	2.00	11:15	5:37	16	4:28	387	4:51	8.00	43:03	5:22	9		356	17:31
Leichtathletikhal	2.00	12:14	6:06	19	5:33	453	6:11	10.00	55:17	5:31	17	22:14	376	23:42