



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Koch, Stefan

00: SC Fortuna Erfurt 96

00: 1698

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 50:48

00: 11.81 km/h

0000: 5:05 min/km

00000/000: 283 (of 637)

00000/0: 257 (of 493)

000000: 31:35

00000: 74(of 135)

0000000: 33:35

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	10:36	5:17	75	4:08	276	4:19	2.00	10:36	5:17	101	4:08	185	4:19
Runde Langstrec	2.00	9:52	4:56	70	3:10	246	3:29	4.00	20:28	5:06	101	7:18	166	7:48
Runde Langstrec	2.00	9:56	4:58	69	3:04	233	3:28	6.00	30:24	5:03	101	10:22	176	11:16
Runde Langstrec	2.00	9:54	4:57	64	3:08	214	3:30	8.00	40:18	5:02	100	13:30	364	14:46
Leichtathletikh	2.00	10:30	5:15	92	3:43	326	4:27	10.00	50:48	5:04	74	17:13	257	19:13