



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Vintage VDB Lauf

Werner, Heiko

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko

Werner, Heiko	km	min	min/km	-	-	min	min	km	min	min/km	-	-	min	min
Runde Langstrec	2.00	8:49	4:24	7	0:53	107	2:32	2.00	8:49	4:24	5		68	2:32
Runde Langstrec	2.00	9:08	4:33	15	0:51	155	2:45	4.00	17:57	4:29	80		200	5:17
Runde Langstrec	2.00	9:28	4:44	24	1:01	177	3:00	6.00	27:25	4:34	79		375	8:17
Runde Langstrec	2.00	9:48	4:54	30	1:17	202	3:24	8.00	37:13	4:39	79		374	11:41
Leichtathletikhal	2.00	9:34	4:46	30	1:21	207	3:31	10.00	46:47	4:40	19	5:15	169	15:12