



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Pausch, Enrico

□□: Erfurt

□□: 1077

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 52:59

□□: 11.32 km/h

□□□□: 5:18 min/km

□□□□□/□□□: 352 (of 637)

□□□□□/□: 314 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 84(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:17	5:38	90	4:49	352	5:00	2.00	11:17	5:38	106	4:49	230	5:00
Runde Langstrec	2.00	10:27	5:13	90	3:45	323	4:04	4.00	21:44	5:26	106	8:34	385	9:04
Runde Langstrec	2.00	10:37	5:18	88	3:45	326	4:09	6.00	32:21	5:23	106	12:19	384	13:13
Runde Langstrec	2.00	10:36	5:17	90	3:50	312	4:12	8.00	42:57	5:22	62	16:09	210	17:25
Leichtathletikhal	2.00	10:02	5:00	78	3:15	272	3:59	10.00	52:59	5:17	84	19:24	314	21:24