



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Bormann, Marcus

00: Lauffreunde - Schmira

00: 1600

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 53:14

00: 11.27 km/h

0000: 5:19 min/km

00000/000: 361 (of 637)

00000/0: 322 (of 493)

000000: 31:35

00000: 90(of 133)

0000000: 32:01

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde Langstrec	2.00	11:39	5:49	105	5:22	386	5:22	2.00	11:39	5:49	116	5:22	243	5:22
Runde Langstrec	2.00	10:15	5:07	84	3:52	292	3:52	4.00	21:54	5:28	91	9:14	316	9:14
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	87	3:56	297	3:56	6.00	32:18	5:22	116	13:10	334	13:10
Runde Langstrec	2.00	10:29	5:14	87	4:05	292	4:05	8.00	42:47	5:20	115	17:15	412	17:15
Leichtathletikhal	2.00	10:27	5:13	92	3:58	319	4:24	10.00	53:14	5:19	90	21:13	322	21:39