



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Dr. Unger, Christian

□□: 1697

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 52:48

□□: 11.36 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 345 (of 637)

□□□□□/□: 308 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 82(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

項目	距離	時間	ペース	順位	差	差	差	距離	時間	ペース	順位	差	差	差	差
	km	分	min/km	-	-	分	分	km	分	min/km	-	-	分	分	分
Runde Langstrecke	2.00	11:37	5:48	101	5:09	383	5:20	2.00	11:37	5:48	117	5:09	418	5:20	
Runde Langstrecke	2.00	10:20	5:10	81	3:38	302	3:57	4.00	21:57	5:29	117	8:47	306	9:17	
Runde Langstrecke	2.00	10:22	5:11	82	3:30	288	3:54	6.00	32:19	5:23	117	12:17	318	13:11	
Runde Langstrecke	2.00	10:30	5:15	83	3:44	295	4:06	8.00	42:49	5:21	115	16:01	413	17:17	
Leichtathletikhal	2.00	9:59	4:59	76	3:12	267	3:56	10.00	52:48	5:16	82	19:13	308	21:13	