



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Ryll, Tobias

□□□: 21:29

□□: 473

□□: 11.17 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 186 (of 446)

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□□/□: 150 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□:

□□□□□: 17(of 41)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Kurzstrecke	2.00	13:01	6:30	33	6:20	246	6:53	2.00	13:01	6:30	30	1:30	95	6:53
Leichtathletikhalle	2.00	8:28	4:14	5	1:48	37	2:29	4.00	21:29	5:22	17	8:08	150	9:22