



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Wenzel, Bruno

□□: SC Impuls

□□: 1151

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 36:30

□□: 16.44 km/h

□□□□: 3:39 min/km

□□□□□/□□□: 14 (of 637)

□□□□□/□: 14 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 2(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	7:02	3:30	2	0:34	11	0:45	2.00	7:02	3:30	3	0:34	16	0:45	
Runde Langstrec	2.00	7:16	3:38	2	0:34	12	0:53	4.00	14:18	3:34	3	1:08	18	1:38	
Runde Langstrec	2.00	7:30	3:45	2	0:38	17	1:02	6.00	21:48	3:38	3	1:46	14	2:40	
Runde Langstrec	2.00	7:25	3:42	2	0:39	12	1:01	8.00	29:13	3:39	2	2:25	17	3:41	
Leichtathletikhal	2.00	7:17	3:38	2	0:30	13	1:14	10.00	36:30	3:38	2	2:55	14	4:55	