



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Plaschke, Peter

Plaschke, Peter

1694

10.00 km

Vintage VDB Lauf

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

40:22

14.86 km/h

4:02 min/km

43 (of 637)

42 (of 493)

31:35

18(of 133)

32:01

Plaschke, Peter

Plaschke, Peter

Plaschke, Peter

Plaschke, Peter	km	min/km	-	-	Plaschke, Peter	km	min/km	-	-	Plaschke, Peter	km	min/km	-	-	Plaschke, Peter	km	min/km	-	-
Runde Langstrec	2.00	7:29	3:44	9	1:12	29	1:12	2.00	7:29	3:44	15	1:12	39	1:12	2.00	7:29	3:44	15	1:12
Runde Langstrec	2.00	8:07	4:03	20	1:44	47	1:44	4.00	15:36	3:53	15	2:56	39	2:56	4.00	15:36	3:53	15	2:56
Runde Langstrec	2.00	8:19	4:09	22	1:51	49	1:51	6.00	23:55	3:59	15	4:47	39	4:47	6.00	23:55	3:59	15	4:47
Runde Langstrec	2.00	8:14	4:06	20	1:50	46	1:50	8.00	32:09	4:01	12	6:37	32	6:37	8.00	32:09	4:01	12	6:37
Leichtathletikhal	2.00	8:13	4:06	28	1:44	58	2:10	10.00	40:22	4:02	18	8:21	42	8:47	10.00	40:22	4:02	18	8:21