



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Ludewig, Xaver

□□: Darmstadt

□□: 1337

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 41:16

□□: 14.54 km/h

□□□□: 4:08 min/km

□□□□□/□□□: 52 (of 637)

□□□□□/□: 51 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 16(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:13	4:36	28	2:56	148	2:56	2.00	9:13	4:36	41			50	2:56
Runde Langstrec	2.00	8:07	4:03	15	1:44	47	1:44	4.00	17:20	4:19	41			50	4:40
Runde Langstrec	2.00	8:06	4:02	13	1:38	34	1:38	6.00	25:26	4:14	41			50	6:18
Runde Langstrec	2.00	8:09	4:04	15	1:45	38	1:45	8.00	33:35	4:11	40			49	8:03
Leichtathletikh	2.00	7:41	3:50	15	1:38	25	1:38	10.00	41:16	4:07	16	9:41		51	9:41