



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Sawall, Andreas

□□: SV 1885 Teutschenthal e.V.

□□: 1392

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 43:11

□□: 13.89 km/h

□□□□: 4:19 min/km

□□□□□/□□□: 79 (of 637)

□□□□□/□: 77 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 4(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:38	4:18	6	0:42	87	2:21	2.00	8:38	4:18	8		84	2:21
Runde Langstrec	2.00	8:35	4:17	6	0:18	76	2:12	4.00	17:13	4:18	8		74	4:33
Runde Langstrec	2.00	8:36	4:17	5	0:09	69	2:08	6.00	25:49	4:18	8		84	6:41
Runde Langstrec	2.00	8:49	4:24	5	0:18	81	2:25	8.00	34:38	4:19	8		83	9:06
Leichtathletikhal	2.00	8:33	4:16	4	0:20	88	2:30	10.00	43:11	4:19	4	1:39	77	11:36