



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Parade, Jens

□□: Erfurt

□□: 266

□□: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 19:04

□□: 12.59 km/h

□□□□: 4:46 min/km

□□□□□/□□□: 103 (of 446)

□□□□□/□: 87 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□□: 19(of 60)

□□□□□□□: 14:12

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Kurzstrec	2.00	10:08	5:03	23	3:13	105	4:00	2.00	10:08	5:03	41		49	4:00
Leichtathletikal	2.00	8:56	4:28	10	1:39	55	2:57	4.00	19:04	4:46	19	4:52	87	6:57