



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Strauß, Thomas

□□□: 49:55

□□: 1626

□□: 12.02 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 255 (of 637)

Vintage VDB Lauf

□□□□□/□: 236 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□:

□□□□□: 70(of 135)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:38	5:18	77	4:10	285	4:21	2.00	10:38	5:18	37	4:10	136	4:21
Runde Langstrec	2.00	9:51	4:55	69	3:09	242	3:28	4.00	20:29	5:07	47	7:19	173	7:49
Runde Langstrec	2.00	9:58	4:59	70	3:06	234	3:30	6.00	30:27	5:04	47	10:25	172	11:19
Runde Langstrec	2.00	9:55	4:57	65	3:09	215	3:31	8.00	40:22	5:02	46	13:34	171	14:50
Leichtathletikh	2.00	9:33	4:46	60	2:46	205	3:30	10.00	49:55	4:59	70	16:20	236	18:20