



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Wawer, Sebastian

□□: Erfurt

□□: 1287

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 51:45

□□: 11.59 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 309 (of 637)

□□□□□/□: 278 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 49(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:42	5:50	59	5:25	394	5:25	2.00	11:42	5:50	16		224	5:25
Runde Langstrec	2.00	10:21	5:10	53	3:58	305	3:58	4.00	22:03	5:30	16		228	9:23
Runde Langstrec	2.00	10:11	5:05	41	3:43	262	3:43	6.00	32:14	5:22	16		227	13:06
Runde Langstrec	2.00	10:08	5:03	41	3:44	245	3:44	8.00	42:22	5:17	15		211	16:50
Leichtathletikhal	2.00	9:23	4:41	33	3:20	183	3:20	10.00	51:45	5:10	49	20:10	278	20:10