



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Jahn, Enrico

00: 1630

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 56:33

00: 10.61 km/h

0000: 5:40 min/km

00000/000: 466 (of 637)

00000/0: 398 (of 493)

000000: 31:35

00000: 111(of 133)

0000000: 32:01

0000

0000

000

項目	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間	時間
	km	時間	min/km	-	-	時間	時間	km	時間	min/km	-	-	時間	時間
Runde Langstrecke	2.00	12:40	6:19	123	6:23	461	6:23	2.00	12:40	6:19	79	6:23	267	6:23
Runde Langstrecke	2.00	11:16	5:38	113	4:53	415	4:53	4.00	23:56	5:59	82	11:16	277	11:16
Runde Langstrecke	2.00	11:05	5:32	108	4:37	384	4:37	6.00	35:01	5:50	79	15:53	266	15:53
Runde Langstrecke	2.00	10:59	5:29	99	4:35	357	4:35	8.00	46:00	5:45	82	20:28	275	20:28
Leichtathletikhalle	2.00	10:33	5:16	96	4:04	332	4:30	10.00	56:33	5:39	111	24:32	398	24:58