



1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

□□□□

Windisch, Michael

□□: LTV Erfurt

□□: 387

□□: 10.00 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 53:43

□□: 11.17 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 89 (of 109)

□□□□□/□: 74 (of 89)

□□□□□□: 32:30

□□□□□: 12(of 12)

□□□□□□□: 32:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.50	12:49	5:07	12	4:48	71	4:48	2.50	12:49	5:07	10	4:48	5	0:48	
Runde	2.50	13:26	5:22	12	5:12	72	5:12	5.00	26:15	5:15	10	10:00	6	2:27	
Runde	2.50	13:50	5:31	12	5:27	74	5:27	7.50	40:05	5:20	10	15:27	5	4:34	
Ziel	2.50	13:38	5:27	12	5:46	75	5:46	10.00	53:43	5:22	12	21:13	74	21:13	