



1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

□□□□

Eltahir, Ahmed

□□: Bad Langensalza

□□: 314

□□: 10.00 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 45:10

□□: 13.28 km/h

□□□□: 4:31 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 109)

□□□□□/□: 36 (of 89)

□□□□□□: 32:30

□□□□□: 6(of 17)

□□□□□□□: 42:33

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.50 | 11:09 | 4:27 | 7 | 1:00 | 43 | 3:08 | 2.50 | 11:09 | 4:27 | 17 | | | 65 | |
| Runde | 2.50 | 11:25 | 4:33 | 6 | 0:45 | 39 | 3:11 | 5.00 | 22:34 | 4:30 | 17 | | | 65 | |
| Runde | 2.50 | 11:27 | 4:34 | 6 | 0:44 | 35 | 3:04 | 7.50 | 34:01 | 4:32 | 17 | | | 63 | |
| Ziel | 2.50 | 11:09 | 4:27 | 5 | 0:43 | 36 | 3:17 | 10.00 | 45:10 | 4:30 | 6 | 2:37 | | 36 | 12:40 |