



1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

□□□□

Straßenmeyer, David

□□: Erfurt

□□: 375

□□: 10.00 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 42:37

□□: 14.08 km/h

□□□□: 4:16 min/km

□□□□□/□□□: 22 (of 109)

□□□□□/□: 22 (of 89)

□□□□□□: 32:30

□□□□□: 4(of 12)

□□□□□□□: 32:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.50	10:30	4:12	4	2:29	28	2:29	2.50	10:30	4:12	2	2:29	61		
Runde	2.50	10:30	4:12	4	2:16	20	2:16	5.00	21:00	4:12	2	4:45	61		
Runde	2.50	10:43	4:17	4	2:20	19	2:20	7.50	31:43	4:13	2	7:05	59		
Ziel	2.50	10:54	4:21	5	3:02	29	3:02	10.00	42:37	4:15	4	10:07	22	10:07	