



1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

□□□□

Steinhardt, Ingo

□□: Keiner

□□: 374

□□: 10.00 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

□□□: 39:53

□□: 15.04 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 109)

□□□□□/□: 10 (of 89)

□□□□□□: 32:30

□□□□□: 1(of 11)

□□□□□□□: 39:53

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.50	9:05	3:38	1	-	7	1:04	2.50	9:05	3:38	4	-	77		
Runde	2.50	9:43	3:53	1	-	7	1:29	5.00	18:48	3:45	4	-	77		
Runde	2.50	10:27	4:10	1	-	14	2:04	7.50	29:15	3:53	4	-	74		
Ziel	2.50	10:38	4:15	2	0:12	22	2:46	10.00	39:53	3:59	1	-	10	7:23	