



# 1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

□□□□

Ziervogel, André

□□: MTV 1846 Giessen

□□: 405

□□: 10.00 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 36:00

□□: 16.67 km/h

□□□□: 3:36 min/km

□□□□□/□□□: 4 (of 109)

□□□□□/□: 4 (of 89)

□□□□□□: 32:30

□□□□□: 2(of 12)

□□□□□□□: 32:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.50	8:57	3:34	2	0:56	6	0:56	2.50	8:57	3:34	5	0:56	75	
Runde	2.50	8:58	3:35	2	0:44	5	0:44	5.00	17:55	3:35	5	1:40	75	
Runde	2.50	9:12	3:40	2	0:49	4	0:49	7.50	27:07	3:36	5	2:29	72	
Ziel	2.50	8:53	3:33	2	1:01	3	1:01	10.00	36:00	3:36	2	3:30	4	3:30