



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Bräske, Tino

□□: DATEV Leipzig

□□: 1063

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 52:26

□□: 11.44 km/h

□□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 331 (of 637)

□□□□□/□: 297 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 85(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:26	4:43	62	3:09	175	3:09	2.00	9:26	4:43	125	3:09	83	3:09
Runde Langstrec	2.00	10:38	5:18	97	4:15	344	4:15	4.00	20:04	5:00	125	7:24	8	7:24
Runde Langstrec	2.00	10:50	5:25	99	4:22	353	4:22	6.00	30:54	5:08	125	11:46	443	11:46
Runde Langstrec	2.00	10:49	5:24	94	4:25	337	4:25	8.00	41:43	5:12	124	16:11	439	16:11
Leichtathletikh	2.00	10:43	5:21	101	4:14	354	4:40	10.00	52:26	5:14	85	20:25	297	20:51