



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Hellmuth, Wolfgang

□□: Erfurt

□□: 160

□□: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 19:08

□□: 12.54 km/h

□□□□: 4:47 min/km

□□□□□/□□□: 107 (of 446)

□□□□□/□: 89 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□□: 13(of 25)

□□□□□□□: 12:07

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                 | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|---------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Kurzstrecke   | 2.00     | 10:10    | 5:04         | 14      | 4:02    | 106     | 4:02    | 2.00 | 10:10     | 5:04          | 15      | 0:54    | 90      | 4:02    |
| Leichtathletikhalle | 2.00     | 8:58     | 4:29         | 9       | 2:59    | 57      | 2:59    | 4.00 | 19:08     | 4:46          | 13      | 7:01    | 89      | 7:01    |