



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Aßmus, Enrico

□□: Erfurter LAC

□□: 192

□□: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 14:12

□□: 16.90 km/h

□□□□: 3:33 min/km

□□□□□/□□□: 10 (of 446)

□□□□□/□: 9 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□□: 1(of 60)

□□□□□□□: 14:12

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Kurzstrec | 2.00 | 6:55 | 3:27 | 1 | - | 8 | 0:47 | 2.00 | 6:55 | 3:27 | 46 | - | 9 | 0:47 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 7:17 | 3:38 | 1 | - | 9 | 1:18 | 4.00 | 14:12 | 3:32 | 1 | - | 9 | 2:05 |