



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kratzing, Sebastian

□□: MTV 1860 Erfurt

□□: 465

□□: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 24:10

□□: 9.93 km/h

□□□□: 6:02 min/km

□□□□□/□□□: 321 (of 446)

□□□□□/□: 226 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□□: 33(of 41)

□□□□□□□: 13:21

□□□□

□□□□

□□□

| □□□              | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Kurzstrec  | 2.00     | 13:04    | 6:31         | 34      | 6:23    | 248     | 6:56    | 2.00 | 13:04     | 6:31          | 34      | 1:33    | 138     | 6:56    |
| Leichtathletikal | 2.00     | 11:06    | 5:32         | 24      | 4:26    | 181     | 5:07    | 4.00 | 24:10     | 6:02          | 33      | 10:49   | 226     | 12:03   |