



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Dembeck, Tino

□□: FSV 90 Henningsleben

□□: 469

□□: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 23:37

□□: 10.16 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□□□□□/□□□: 296 (of 446)

□□□□□/□: 209 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□□: 28(of 41)

□□□□□□□: 13:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Kurzstrecke	2.00	11:51	5:55	22	5:10	197	5:43	2.00	11:51	5:55	6	0:20	159	5:43
Leichtathletikhalle	2.00	11:46	5:53	32	5:06	212	5:47	4.00	23:37	5:54	28	10:16	209	11:30