



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Ochmann, Tom

□□: B.L.Sharks Kickboxen

□□: 291

□□: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 28:13

□□: 8.51 km/h

□□□□: 7:03 min/km

□□□□□/□□□: 415 (of 446)

□□□□□/□: 266 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□□: 40(of 41)

□□□□□□□: 13:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Kurzstrecke	2.00	13:11	6:35	36	6:30	252	7:03	2.00	13:11	6:35	18	1:40	146	7:03
Leichtathletikhalle	2.00	15:02	7:30	40	8:22	269	9:03	4.00	28:13	7:03	40	14:52	266	16:06