



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Tipold, Marcel

□□: Erfurt

□□: 111

□□: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 21:12

□□: 11.32 km/h

□□□□: 5:18 min/km

□□□□□/□□□: 174 (of 446)

□□□□□/□: 140 (of 278)

□□□□□□: 12:07

□□□□□: 16(of 41)

□□□□□□□: 13:21

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Kurzstrecke	2.00	10:17	5:08	13	3:36	118	4:09	2.00	10:17	5:08	20		114	4:09
Leichtathletikhalle	2.00	10:55	5:27	20	4:15	167	4:56	4.00	21:12	5:17	16	7:51	140	9:05