



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Liebelt, Markus

□□: SV 90 Nordhausen Triathlon

□□: 1550

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 35:44

□□: 16.79 km/h

□□□□: 3:34 min/km

□□□□□/□□□: 8 (of 637)

□□□□□/□: 8 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 4(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	6:46	3:23	4	0:29	8	0:29	2.00	6:46	3:23	50			9	0:29
Runde Langstrec	2.00	7:13	3:36	5	0:50	9	0:50	4.00	13:59	3:29	50			9	1:19
Runde Langstrec	2.00	7:27	3:43	7	0:59	12	0:59	6.00	21:26	3:34	50			9	2:18
Runde Langstrec	2.00	7:20	3:39	6	0:56	11	0:56	8.00	28:46	3:35	49			8	3:14
Leichtathletikh	2.00	6:58	3:29	4	0:55	7	0:55	10.00	35:44	3:34	4	4:09		8	4:09