



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Panse, Adrian

□□: USV Erfurt

□□: 1138

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 36:08

□□: 16.61 km/h

□□□□: 3:37 min/km

□□□□□/□□□: 11 (of 637)

□□□□□/□: 11 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 6(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	7:14	3:37	9	0:57	22	0:57	2.00	7:14	3:37	47		7	0:57
Runde Langstrec	2.00	7:17	3:38	8	0:54	14	0:54	4.00	14:31	3:37	47		10	1:51
Runde Langstrec	2.00	7:20	3:39	3	0:52	7	0:52	6.00	21:51	3:38	47		7	2:43
Runde Langstrec	2.00	7:16	3:38	4	0:52	8	0:52	8.00	29:07	3:38	46		7	3:35
Leichtathletikh	2.00	7:01	3:30	5	0:58	9	0:58	10.00	36:08	3:36	6	4:33	11	4:33