



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Marx, Thomas

□□: SG Eintracht Wendehausen

□□: 1655

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 39:15

□□: 15.29 km/h

□□□□: 3:55 min/km

□□□□□/□□□: 31 (of 637)

□□□□□/□: 30 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 11(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	7:48	3:53	14	1:31	39	1:31	2.00	7:48	3:53	5	1:31	22	1:31
Runde Langstrec	2.00	7:45	3:52	8	1:22	25	1:22	4.00	15:33	3:53	7	2:53	26	2:53
Runde Langstrec	2.00	8:02	4:00	13	1:34	31	1:34	6.00	23:35	3:55	7	4:27	26	4:27
Runde Langstrec	2.00	7:57	3:58	9	1:33	27	1:33	8.00	31:32	3:56	7	6:00	25	6:00
Leichtathletikh	2.00	7:43	3:51	5	1:14	26	1:40	10.00	39:15	3:55	11	7:14	30	7:40