



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

**Knoll, Martin**

□□: LG Bad Frankenhausen / Göllingen

□□: 1288

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 40:58

□□: 14.65 km/h

□□□□: 4:06 min/km

□□□□□/□□□□: 50 (of 637)

□□□□□/□: 49 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 15(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	7:19	3:39	11	1:02	24	1:02	2.00	7:19	3:39	40			52	1:02
Runde Langstrec	2.00	7:54	3:57	13	1:31	38	1:31	4.00	15:13	3:48	40			52	2:33
Runde Langstrec	2.00	8:27	4:13	17	1:59	57	1:59	6.00	23:40	3:56	40			52	4:32
Runde Langstrec	2.00	8:44	4:21	18	2:20	72	2:20	8.00	32:24	4:02	39			51	6:52
Leichtathletikh	2.00	8:34	4:16	23	2:31	90	2:31	10.00	40:58	4:05	15	9:23		49	9:23