



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

**Zwirnmann, Hans**

□□: SV Nordhausen 90 Triathlon

□□: 1237

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 39:49

□□: 15.07 km/h

□□□□: 3:59 min/km

□□□□□/□□□: 37 (of 637)

□□□□□/□: 36 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 13(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	7:47	3:53	14	1:30	38	1:30	2.00	7:47	3:53	38		57	1:30
Runde Langstrec	2.00	8:03	4:01	14	1:40	45	1:40	4.00	15:50	3:57	38		57	3:10
Runde Langstrec	2.00	8:13	4:06	15	1:45	41	1:45	6.00	24:03	4:00	38		36	4:55
Runde Langstrec	2.00	8:06	4:02	13	1:42	33	1:42	8.00	32:09	4:01	37		32	6:37
Leichtathletikh	2.00	7:40	3:50	14	1:37	22	1:37	10.00	39:49	3:58	13	8:14	36	8:14