



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Böhlau, Hans-Dieter

□□: Weimar

□□: 1340

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 43:45

□□: 13.71 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 93 (of 637)

□□□□□/□: 90 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 41(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:50	4:25	41	2:33	109	2:33	2.00	8:50	4:25	27	2:33	63	2:33	
Runde Langstrec	2.00	8:44	4:21	45	2:21	102	2:21	4.00	17:34	4:23	27	4:54	63	4:54	
Runde Langstrec	2.00	8:49	4:24	37	2:21	89	2:21	6.00	26:23	4:23	27	7:15	63	7:15	
Runde Langstrec	2.00	8:52	4:26	39	2:28	92	2:28	8.00	35:15	4:24	27	9:43	62	9:43	
Leichtathletikh	2.00	8:30	4:15	42	2:01	83	2:27	10.00	43:45	4:22	41	11:44	90	12:10	