



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Weiß, Steffen

□□: WSV Ilmenau 1908 e.V.

□□: 1635

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 43:52

□□: 13.68 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 101 (of 637)

□□□□□/□: 97 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 7(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:49	4:24	7	0:53	107	2:32	2.00	8:49	4:24	5		68	2:32
Runde Langstrec	2.00	8:45	4:22	8	0:28	106	2:22	4.00	17:34	4:23	5		63	4:54
Runde Langstrec	2.00	8:50	4:25	8	0:23	95	2:22	6.00	26:24	4:23	5		68	7:16
Runde Langstrec	2.00	8:51	4:25	7	0:20	89	2:27	8.00	35:15	4:24	5		62	9:43
Leichtathletikhal	2.00	8:37	4:18	7	0:24	96	2:34	10.00	43:52	4:23	7	2:20	97	12:17