



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Jacobi, Andreas

□□: MTB Steiger Racing Erfurt

□□: 1529

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 43:07

□□: 13.92 km/h

□□□□: 4:19 min/km

□□□□□/□□□□: 76 (of 637)

□□□□□/□: 74 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 35(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:14	4:06	27	1:57	62	1:57	2.00	8:14	4:06	19	1:57	43	1:57
Runde Langstrec	2.00	8:45	4:22	46	2:22	106	2:22	4.00	16:59	4:14	30	4:19	72	4:19
Runde Langstrec	2.00	8:49	4:24	37	2:21	89	2:21	6.00	25:48	4:17	30	6:40	72	6:40
Runde Langstrec	2.00	8:54	4:27	40	2:30	95	2:30	8.00	34:42	4:20	30	9:10	71	9:10
Leichtathletikhal	2.00	8:25	4:12	37	1:56	75	2:22	10.00	43:07	4:18	35	11:06	74	11:32