



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Köhler, Christoph

□□: Vehemare Ultras

□□: 1546

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 43:31

□□: 13.79 km/h

□□□□: 4:21 min/km

□□□□□/□□□: 89 (of 637)

□□□□□/□: 86 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 21(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:34	4:16	18	2:17	82	2:17	2.00	8:34	4:16	69		78	2:17
Runde Langstrec	2.00	8:43	4:21	21	2:20	98	2:20	4.00	17:17	4:19	69		78	4:37
Runde Langstrec	2.00	8:50	4:25	19	2:22	95	2:22	6.00	26:07	4:21	69		78	6:59
Runde Langstrec	2.00	8:47	4:23	19	2:23	76	2:23	8.00	34:54	4:21	68		77	9:22
Leichtathletikh	2.00	8:37	4:18	24	2:34	96	2:34	10.00	43:31	4:21	21	11:56	86	11:56