



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Straßenmeyer, David

□□: Erfurt

□□: 1167

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 43:33

□□: 13.78 km/h

□□□□: 4:22 min/km

□□□□□/□□□: 91 (of 637)

□□□□□/□: 88 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 39(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:18	4:39	54	3:01	159	3:01	2.00	9:18	4:39	34	3:01	80	3:01
Runde Langstrec	2.00	8:38	4:18	34	2:15	83	2:15	4.00	17:56	4:29	34	5:16	80	5:16
Runde Langstrec	2.00	8:36	4:17	31	2:08	69	2:08	6.00	26:32	4:25	34	7:24	80	7:24
Runde Langstrec	2.00	8:38	4:18	30	2:14	63	2:14	8.00	35:10	4:23	34	9:38	79	9:38
Leichtathletikh	2.00	8:23	4:11	36	1:54	74	2:20	10.00	43:33	4:21	39	11:32	88	11:58