



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Stützer, Frank

□□: die LENGENFELDer

□□: 1087

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 44:06

□□: 13.61 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 106 (of 637)

□□□□□/□: 102 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 22(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:35	4:17	19	2:07	83	2:18	2.00	8:35	4:17	26	2:07	107	2:18
Runde Langstrec	2.00	8:41	4:20	19	1:59	89	2:18	4.00	17:16	4:18	26	4:06	107	4:36
Runde Langstrec	2.00	9:03	4:31	31	2:11	124	2:35	6.00	26:19	4:23	26	6:17	107	7:11
Runde Langstrec	2.00	8:59	4:29	22	2:13	106	2:35	8.00	35:18	4:24	25	8:30	106	9:46
Leichtathletikh	2.00	8:48	4:24	25	2:01	116	2:45	10.00	44:06	4:24	22	10:31	102	12:31