



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Götz, Stefan

□□: RV-Elxleben

□□: 1164

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 46:24

□□: 12.93 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 170 (of 637)

□□□□□/□: 163 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 47(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:23	4:41	42	2:55	169	3:06	2.00	9:23	4:41	30	2:55	113	3:06
Runde Langstrec	2.00	9:13	4:36	50	2:31	170	2:50	4.00	18:36	4:39	30	5:26	113	5:56
Runde Langstrec	2.00	9:13	4:36	39	2:21	148	2:45	6.00	27:49	4:38	30	7:47	113	8:41
Runde Langstrec	2.00	9:29	4:44	47	2:43	167	3:05	8.00	37:18	4:39	29	10:30	112	11:46
Leichtathletikh	2.00	9:06	4:32	40	2:19	149	3:03	10.00	46:24	4:38	47	12:49	163	14:49