



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

**Kölsch, Wolfgang**

□□: Ostwest Express e.V.

□□: 1455

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 44:09

□□: 13.59 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 108 (of 637)

□□□□□/□: 104 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 23(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ 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	8:44	4:21	22	2:02	102	2:21	4.00	18:07	4:31	31	4:57	115	5:27
Runde Langstrec	2.00	8:39	4:19	12	1:47	73	2:11	6.00	26:46	4:27	31	6:44	115	7:38
Runde Langstrec	2.00	8:44	4:21	13	1:58	72	2:20	8.00	35:30	4:26	30	8:42	114	9:58
Leichtathletikhal	2.00	8:39	4:19	18	1:52	99	2:36	10.00	44:09	4:24	23	10:34	104	12:34