



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kreim, Martin

□□: Gerstungen

□□: 1401

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 44:53

□□: 13.37 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 123 (of 637)

□□□□□/□: 119 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 30(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:46	4:23	25	2:18	100	2:29	2.00	8:46	4:23	38	2:18	138	2:29	
Runde Langstrec	2.00	8:54	4:27	34	2:12	132	2:31	4.00	17:40	4:25	38	4:30	138	5:00	
Runde Langstrec	2.00	9:02	4:30	30	2:10	122	2:34	6.00	26:42	4:27	38	6:40	138	7:34	
Runde Langstrec	2.00	9:06	4:32	29	2:20	117	2:42	8.00	35:48	4:28	37	9:00	96	10:16	
Leichtathletikh	2.00	9:05	4:32	39	2:18	148	3:02	10.00	44:53	4:29	30	11:18	119	13:18	