



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Bösel, Florian

□□: Erfurt

□□: 1259

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 46:48

□□: 12.82 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 179 (of 637)

□□□□□/□: 170 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 60(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:42	4:50	68	3:25	197	3:25	2.00	9:42	4:50	56	3:25	144	3:25
Runde Langstrec	2.00	9:24	4:42	62	3:01	184	3:01	4.00	19:06	4:46	38	6:26	91	6:26
Runde Langstrec	2.00	9:15	4:37	55	2:47	156	2:47	6.00	28:21	4:43	56	9:13	144	9:13
Runde Langstrec	2.00	9:14	4:36	51	2:50	134	2:50	8.00	37:35	4:41	56	12:03	143	12:03
Leichtathletikh	2.00	9:13	4:36	60	2:44	163	3:10	10.00	46:48	4:40	60	14:47	170	15:13