



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Marx, Dominik

□□: SG Eintracht Wendehausen e.V.

□□: 1654

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 48:43

□□: 12.32 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 220 (of 637)

□□□□□/□: 205 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 71(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:39	5:19	83	4:22	289	4:22	2.00	10:39	5:19	64	4:22	176	4:22	
Runde Langstrec	2.00	9:37	4:48	71	3:14	213	3:14	4.00	20:16	5:03	64	7:36	176	7:36	
Runde Langstrec	2.00	9:35	4:47	66	3:07	192	3:07	6.00	29:51	4:58	64	10:43	175	10:43	
Runde Langstrec	2.00	9:37	4:48	63	3:13	179	3:13	8.00	39:28	4:56	64	13:56	174	13:56	
Leichtathletikhal	2.00	9:15	4:37	62	2:46	168	3:12	10.00	48:43	4:52	71	16:42	205	17:08	