



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Göllert, Christian

□□: Lauffreunde Hayn

□□: 1052

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 48:13

□□: 12.44 km/h

□□□□: 4:49 min/km

□□□□□/□□□: 205 (of 637)

□□□□□/□: 191 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 65(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:14	4:36	51	2:57	152	2:57	2.00	9:14	4:36	66	2:57	99	2:57
Runde Langstrec	2.00	9:30	4:45	63	3:07	192	3:07	4.00	18:44	4:41	66	6:04	187	6:04
Runde Langstrec	2.00	9:50	4:55	73	3:22	220	3:22	6.00	28:34	4:45	66	9:26	146	9:26
Runde Langstrec	2.00	9:56	4:58	69	3:32	218	3:32	8.00	38:30	4:48	66	12:58	185	12:58
Leichtathletikh	2.00	9:43	4:51	72	3:14	223	3:40	10.00	48:13	4:49	65	16:12	191	16:38