



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Wich, Marcel

□□: Annakramm e.V

□□: 1194

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 50:45

□□: 11.82 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 280 (of 637)

□□□□□/□: 253 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 73(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:49	5:24	83	4:21	304	4:32	2.00	10:49	5:24	53	4:21	167	4:32
Runde Langstrec	2.00	9:53	4:56	71	3:11	250	3:30	4.00	20:42	5:10	53	7:32	167	8:02
Runde Langstrec	2.00	9:54	4:57	68	3:02	229	3:26	6.00	30:36	5:06	53	10:34	166	11:28
Runde Langstrec	2.00	10:17	5:08	78	3:31	266	3:53	8.00	40:53	5:06	52	14:05	165	15:21
Leichtathletikh	2.00	9:52	4:56	72	3:05	254	3:49	10.00	50:45	5:04	73	17:10	253	19:10