



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Hülle, Jörg

□□: Alkersleben

□□: 1462

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 48:50

□□: 12.29 km/h

□□□□: 4:53 min/km

□□□□□/□□□: 226 (of 637)

□□□□□/□: 211 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 60(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:53	4:56	55	3:25	209	3:36	2.00	9:53	4:56	54	3:25	198	3:36
Runde Langstrec	2.00	9:35	4:47	60	2:53	206	3:12	4.00	19:28	4:51	54	6:18	198	6:48
Runde Langstrec	2.00	9:52	4:56	63	3:00	224	3:24	6.00	29:20	4:53	54	9:18	197	10:12
Runde Langstrec	2.00	9:55	4:57	65	3:09	215	3:31	8.00	39:15	4:54	53	12:27	196	13:43
Leichtathletikh	2.00	9:35	4:47	61	2:48	208	3:32	10.00	48:50	4:53	60	15:15	211	17:15