



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Pennewiß, Jan

□□: Bad Tennstedt

□□: 1306

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 51:43

□□: 11.60 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 307 (of 637)

□□□□□/□: 276 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 48(of 69)

□□□□□□□: 31:35

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:15 | 5:37 | 55 | 4:58 | 348 | 4:58 | 2.00 | 11:15 | 5:37 | 15 | | | 234 | 4:58 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:49 | 4:54 | 37 | 3:26 | 237 | 3:26 | 4.00 | 21:04 | 5:15 | 15 | | | 234 | 8:24 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:14 | 5:06 | 42 | 3:46 | 272 | 3:46 | 6.00 | 31:18 | 5:13 | 15 | | | 233 | 12:10 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:13 | 5:06 | 43 | 3:49 | 257 | 3:49 | 8.00 | 41:31 | 5:11 | 14 | | | 232 | 15:59 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 10:12 | 5:05 | 49 | 4:09 | 289 | 4:09 | 10.00 | 51:43 | 5:10 | 48 | 20:08 | | 276 | 20:08 |