



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Storch, Michael

□□: Breitungen

□□: 1293

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 56:26

□□: 10.63 km/h

□□□□: 5:38 min/km

□□□□□/□□□: 457 (of 637)

□□□□□/□: 393 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 109(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:47	5:23	86	4:30	302	4:30	2.00	10:47	5:23	77	4:30	252	4:30
Runde Langstrec	2.00	11:19	5:39	116	4:56	419	4:56	4.00	22:06	5:31	77	9:26	252	9:26
Runde Langstrec	2.00	11:39	5:49	119	5:11	429	5:11	6.00	33:45	5:37	77	14:37	251	14:37
Runde Langstrec	2.00	11:38	5:48	116	5:14	421	5:14	8.00	45:23	5:40	77	19:51	250	19:51
Leichtathletikh	2.00	11:03	5:31	109	4:34	385	5:00	10.00	56:26	5:38	109	24:25	393	24:51