



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Jahn, Enrico

□□□: 56:33

□□: 1630

□□: 10.61 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 466 (of 637)

Vintage VDB Lauf

□□□□□/□: 398 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□:

□□□□□: 111(of 133)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:40	6:19	123	6:23	461	6:23	2.00	12:40	6:19	79	6:23	267	6:23
Runde Langstrec	2.00	11:16	5:38	113	4:53	415	4:53	4.00	23:56	5:59	82	11:16	277	11:16
Runde Langstrec	2.00	11:05	5:32	108	4:37	384	4:37	6.00	35:01	5:50	79	15:53	266	15:53
Runde Langstrec	2.00	10:59	5:29	99	4:35	357	4:35	8.00	46:00	5:45	82	20:28	275	20:28
Leichtathletikh	2.00	10:33	5:16	96	4:04	332	4:30	10.00	56:33	5:39	111	24:32	398	24:58