



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Windisch, Michael

□□: LTV Erfurt

□□: 1048

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 59:56

□□: 10.01 km/h

□□□□: 5:59 min/km

□□□□□/□□□: 555 (of 637)

□□□□□/□: 454 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 126(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:09	6:04	118	5:52	433	5:52	2.00	12:09	6:04	83	5:52	286	5:52
Runde Langstrec	2.00	11:46	5:53	125	5:23	463	5:23	4.00	23:55	5:58	83	11:15	282	11:15
Runde Langstrec	2.00	11:57	5:58	123	5:29	451	5:29	6.00	35:52	5:58	83	16:44	285	16:44
Runde Langstrec	2.00	11:57	5:58	122	5:33	444	5:33	8.00	47:49	5:58	83	22:17	284	22:17
Leichtathletikhal	2.00	12:07	6:03	123	5:38	448	6:04	10.00	59:56	5:59	126	27:55	454	28:21