



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Bechstein, Michael

□□: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz

□□: 1323

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 1:02:29

□□: 9.60 km/h

□□□□: 6:15 min/km

□□□□□/□□□: 589 (of 637)

□□□□□/□: 469 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 127(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:26	6:13	124	5:58	450	6:09	2.00	12:26	6:13	82	5:58	295	6:09	
Runde Langstrec	2.00	12:03	6:01	130	5:21	471	5:40	4.00	24:29	6:07	82	11:19	295	11:49	
Runde Langstrec	2.00	12:07	6:03	125	5:15	457	5:39	6.00	36:36	6:06	82	16:34	294	17:28	
Runde Langstrec	2.00	12:48	6:24	128	6:02	469	6:24	8.00	49:24	6:10	81	22:36	293	23:52	
Leichtathletikh	2.00	13:05	6:32	128	6:18	472	7:02	10.00	1:02:29	6:14	127	28:54	469	30:54	