



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Keller, Daniel

□□: 1707

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 54:35

□□: 10.99 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 402 (of 637)

□□□□□/□: 354 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 98(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:26	5:43	99	5:09	364	5:09	2.00	11:26	5:43	93	5:09	313	5:09
Runde Langstrec	2.00	10:32	5:15	91	4:09	330	4:09	4.00	21:58	5:29	93	9:18	218	9:18
Runde Langstrec	2.00	10:36	5:17	92	4:08	321	4:08	6.00	32:34	5:25	93	13:26	325	13:26
Runde Langstrec	2.00	10:50	5:25	96	4:26	340	4:26	8.00	43:24	5:25	93	17:52	324	17:52
Leichtathletikh	2.00	11:11	5:35	114	4:42	400	5:08	10.00	54:35	5:27	98	22:34	354	23:00