



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Fischer, Marco

□□: TSV Arminia Vöhrom

□□: 1660

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 54:20

□□: 11.04 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 390 (of 637)

□□□□□/□: 346 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 95(of 133)

□□□□□□□: 32:01

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:16	6:08	119	5:59	437	5:59	2.00	12:16	6:08	97	5:59	265	5:59
Runde Langstrec	2.00	10:12	5:05	82	3:49	281	3:49	4.00	22:28	5:36	97	9:48	341	9:48
Runde Langstrec	2.00	10:22	5:11	84	3:54	288	3:54	6.00	32:50	5:28	97	13:42	340	13:42
Runde Langstrec	2.00	10:57	5:28	98	4:33	353	4:33	8.00	43:47	5:28	97	18:15	339	18:15
Leichtathletikh	2.00	10:33	5:16	96	4:04	332	4:30	10.00	54:20	5:26	95	22:19	346	22:45