



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kaufhold, Sebastian

□□□: 55:07

□□: 1452

□□: 10.89 km/h

□□□□: 5:31 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 423 (of 637)

Vintage VDB Lauf

□□□□□/□: 370 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□:

□□□□□: 101(of 135)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:58	5:59	116	5:30	421	5:41	2.00	11:58	5:59	99	5:30	364	5:41
Runde Langstrec	2.00	10:51	5:25	102	4:09	372	4:28	4.00	22:49	5:42	99	9:39	364	10:09
Runde Langstrec	2.00	10:54	5:27	101	4:02	360	4:26	6.00	33:43	5:37	99	13:41	363	14:35
Runde Langstrec	2.00	10:47	5:23	95	4:01	332	4:23	8.00	44:30	5:33	98	17:42	362	18:58
Leichtathletikh	2.00	10:37	5:18	99	3:50	341	4:34	10.00	55:07	5:30	101	21:32	370	23:32