



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Sobanski, Peter

□□: PLF

□□: 1478

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 49:00

□□: 12.24 km/h

□□□□: 4:54 min/km

□□□□□/□□□: 230 (of 637)

□□□□□/□: 215 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 35(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:20	5:10	47	2:24	251	4:03	2.00	10:20	5:10	65	0:15	320	4:03
Runde Langstrec	2.00	9:36	4:47	31	1:19	211	3:13	4.00	19:56	4:59	89		432	7:16
Runde Langstrec	2.00	9:43	4:51	32	1:16	209	3:15	6.00	29:39	4:56	25		178	10:31
Runde Langstrec	2.00	9:46	4:53	29	1:15	198	3:22	8.00	39:25	4:55	72		179	13:53
Leichtathletikhal	2.00	9:35	4:47	31	1:22	208	3:32	10.00	49:00	4:54	35	7:28	215	17:25