



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Niewiadomski, Peter

□□: Erfurt

□□: 1447

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 57:22

□□: 10.46 km/h

□□□□: 5:44 min/km

□□□□□/□□□: 489 (of 637)

□□□□□/□: 415 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 85(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:36	6:17	99	4:40	459	6:19	2.00	12:36	6:17	50	2:31	256	6:19
Runde Langstrec	2.00	11:11	5:35	87	2:54	406	4:48	4.00	23:47	5:56	50	3:30	256	11:07
Runde Langstrec	2.00	11:25	5:42	83	2:58	412	4:57	6.00	35:12	5:52	49	4:43	255	16:04
Runde Langstrec	2.00	11:12	5:35	79	2:41	382	4:48	8.00	46:24	5:47	49	5:39	254	20:52
Leichtathletikh	2.00	10:58	5:29	79	2:45	375	4:55	10.00	57:22	5:44	85	15:50	415	25:47