



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Drüge, Uwe

□□: 1645

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 55:56

□□: 10.73 km/h

□□□□: 5:35 min/km

□□□□□/□□□: 439 (of 637)

□□□□□/□: 383 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 78(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□               | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec   | 2.00     | 10:39    | 5:19         | 56      | 2:43    | 289     | 4:22    | 2.00  | 10:39     | 5:19      | 62            | 0:34    | 176     | 4:22    |         |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 10:57    | 5:28         | 80      | 2:40    | 385     | 4:34    | 4.00  | 21:36     | 5:24      | 62            | 1:19    | 303     | 8:56    |         |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 11:25    | 5:42         | 83      | 2:58    | 412     | 4:57    | 6.00  | 33:01     | 5:30      | 61            | 2:32    | 302     | 13:53   |         |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 11:42    | 5:50         | 88      | 3:11    | 424     | 5:18    | 8.00  | 44:43     | 5:35      | 61            | 3:58    | 301     | 19:11   |         |
| Leichtathletikhal | 2.00     | 11:13    | 5:36         | 84      | 3:00    | 406     | 5:10    | 10.00 | 55:56     | 5:35      | 78            | 14:24   | 383     | 24:21   |         |