



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Mahn, Hans-Jürgen

□□: Erfurt

□□: 1211

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 52:33

□□: 11.42 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 336 (of 637)

□□□□□/□: 301 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 62(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:40	5:19	57	2:44	291	4:23	2.00	10:40	5:19	75	0:35	269	4:23
Runde Langstrec	2.00	10:12	5:05	56	1:55	281	3:49	4.00	20:52	5:13	75	0:35	355	8:12
Runde Langstrec	2.00	10:18	5:09	58	1:51	279	3:50	6.00	31:10	5:11	74	0:41	354	12:02
Runde Langstrec	2.00	10:37	5:18	67	2:06	317	4:13	8.00	41:47	5:13	74	1:02	353	16:15
Leichtathletikhal	2.00	10:46	5:23	76	2:33	363	4:43	10.00	52:33	5:15	62	11:01	301	20:58