



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Fieker, Jens

□□: SSV Erfurt 02 e.V.

□□: 1291

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 56:43

□□: 10.58 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 472 (of 637)

□□□□□/□: 404 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 81(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:41	5:20	58	2:45	295	4:24	2.00	10:41	5:20	38	0:36	217	4:24
Runde Langstrec	2.00	11:10	5:34	86	2:53	405	4:47	4.00	21:51	5:27	47	1:34	246	9:11
Runde Langstrec	2.00	11:32	5:46	87	3:05	424	5:04	6.00	33:23	5:33	77	2:54	368	14:15
Runde Langstrec	2.00	11:47	5:53	89	3:16	426	5:23	8.00	45:10	5:38	77	4:25	296	19:38
Leichtathletikhal	2.00	11:33	5:46	90	3:20	428	5:30	10.00	56:43	5:40	81	15:11	404	25:08