



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Goetz, Helmut

sc impuls erfurt

1127

10.00 km

Vintage VDB Lauf

Senioren

M70 (70 und älter Jahre)

57:41

10.40 km/h

5:46 min/km

495 (of 637)

418 (of 493)

31:35

4(of 8)

47:40

Goetz, Helmut

Goetz, Helmut

Goetz, Helmut

km	min/km	-	-	km	min/km	-	-	km	min/km	-	-	km	min/km	-	-
2.00	11:34	5:46	5	2:30	379	5:17		2.00	11:34	5:46	5	2:30	399	5:17	
2.00	11:27	5:43	4	2:04	432	5:04		4.00	23:01	5:45	5	4:34	399	10:21	
2.00	11:28	5:44	4	1:53	418	5:00		6.00	34:29	5:44	5	6:27	398	15:21	
2.00	11:34	5:46	4	1:44	417	5:10		8.00	46:03	5:45	5	8:11	394	20:31	
2.00	11:38	5:48	4	1:50	432	5:35		10.00	57:41	5:46	4	10:01	418	26:06	