



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Dehmel, Gerhard

□□: ThwV Ilmenau

□□: 1196

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

□□□: 53:41

□□: 11.18 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 371 (of 637)

□□□□□/□: 331 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 2(of 8)

□□□□□□□: 47:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:37	5:18	2	1:33	282	4:20	2.00	10:37	5:18	7	1:33	145	4:20
Runde Langstrec	2.00	10:34	5:16	2	1:11	332	4:11	4.00	21:11	5:17	7	2:44	336	8:31
Runde Langstrec	2.00	10:47	5:23	2	1:12	347	4:19	6.00	31:58	5:19	7	3:56	345	12:50
Runde Langstrec	2.00	10:53	5:26	2	1:03	346	4:29	8.00	42:51	5:21	7	4:59	317	17:19
Leichtathletikh	2.00	10:50	5:25	2	1:02	366	4:47	10.00	53:41	5:22	2	6:01	331	22:06