



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Schlag, Ingo

□□: Schkauditzer Läufer

□□: 1409

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 51:30

□□: 11.65 km/h

□□□□: 5:09 min/km

□□□□□/□□□: 302 (of 637)

□□□□□/□: 272 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 54(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:05	5:32	67	3:09	329	4:48	2.00	11:05	5:32	79	1:00	227	4:48	
Runde Langstrec	2.00	9:49	4:54	42	1:32	237	3:26	4.00	20:54	5:13	96	0:37	466	8:14	
Runde Langstrec	2.00	10:01	5:00	42	1:34	241	3:33	6.00	30:55	5:09	95	0:26	465	11:47	
Runde Langstrec	2.00	10:17	5:08	52	1:46	266	3:53	8.00	41:12	5:09	95	0:27	460	15:40	
Leichtathletikh	2.00	10:18	5:09	60	2:05	302	4:15	10.00	51:30	5:09	54	9:58	272	19:55	