



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Althaus, Harald

□□□: 47:37

□□: 1704

□□: 12.60 km/h

□□□□: 4:46 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 192 (of 637)

Vintage VDB Lauf

□□□□□/□: 181 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□:

□□□□□: 26(of 103)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:26	4:43	25	1:30	175	3:09	2.00	9:26	4:43	15	-	83	3:09
Runde Langstrec	2.00	9:29	4:44	29	1:12	191	3:06	4.00	18:55	4:43	15	-	146	6:15
Runde Langstrec	2.00	9:39	4:49	29	1:12	198	3:11	6.00	28:34	4:45	15	-	146	9:26
Runde Langstrec	2.00	9:49	4:54	32	1:18	204	3:25	8.00	38:23	4:47	15	-	145	12:51
Leichtathletikhal	2.00	9:14	4:36	20	1:01	167	3:11	10.00	47:37	4:45	26	6:05	181	16:02