



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Schalk, Udo

□□: Dream Team Ilmenau

□□: 1247

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 52:09

□□: 11.51 km/h

□□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 318 (of 637)

□□□□□/□: 285 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 58(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:10	5:34	71	3:14	337	4:53	2.00	11:10	5:34	48	1:05	250	4:53
Runde Langstrec	2.00	10:07	5:03	52	1:50	269	3:44	4.00	21:17	5:19	48	1:00	227	8:37
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	63	1:57	297	3:56	6.00	31:41	5:16	47	1:12	226	12:33
Runde Langstrec	2.00	10:12	5:05	48	1:41	254	3:48	8.00	41:53	5:14	47	1:08	252	16:21
Leichtathletikhal	2.00	10:16	5:08	58	2:03	300	4:13	10.00	52:09	5:12	58	10:37	285	20:34