



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Richter, Konrad

□□: GutsMuths Rennsteiglaufverein

□□: 1186

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□: 54:13

□□: 11.07 km/h

□□□□: 5:25 min/km

□□□□□/□□□: 385 (of 637)

□□□□□/□: 342 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 12(of 24)

□□□□□□□: 43:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:32	5:15	7	2:04	268	4:15	2.00	10:32	5:15	18		261	4:15
Runde Langstrec	2.00	10:51	5:25	13	2:04	372	4:28	4.00	21:23	5:20	18	0:20	279	8:43
Runde Langstrec	2.00	11:05	5:32	14	2:09	384	4:37	6.00	32:28	5:24	18	1:01	278	13:20
Runde Langstrec	2.00	11:07	5:33	12	2:08	376	4:43	8.00	43:35	5:26	17	1:31	277	18:03
Leichtathletikh	2.00	10:38	5:18	10	1:50	343	4:35	10.00	54:13	5:25	12	10:15	342	22:38