



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Radelhof, Alfred

□□: GMRL-Verein

□□: 1263

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□: 54:33

□□: 11.00 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 399 (of 637)

□□□□□/□: 353 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 14(of 24)

□□□□□□□: 43:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:53	5:26	11	2:25	311	4:36	2.00	10:53	5:26	10	0:11	351	4:36
Runde Langstrec	2.00	10:46	5:23	11	1:59	361	4:23	4.00	21:39	5:24	10	0:36	338	8:59
Runde Langstrec	2.00	11:03	5:31	13	2:07	377	4:35	6.00	32:42	5:27	10	1:15	305	13:34
Runde Langstrec	2.00	10:59	5:29	11	2:00	357	4:35	8.00	43:41	5:27	9	1:37	349	18:09
Leichtathletikhal	2.00	10:52	5:26	12	2:04	367	4:49	10.00	54:33	5:27	14	10:35	353	22:58