



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Mahn, Hans-Jürgen

□□: Erfurt

□□: 1211

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 52:33

□□: 11.42 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 336 (of 637)

□□□□□/□: 301 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 62(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00     | 10:40    | 5:19         | 57      | 2:44    | 291     | 4:23    | 2.00  | 10:40     | 5:19      | 75            | 0:35    | 269     | 4:23    |         |
| Runde Langstrec | 2.00     | 10:12    | 5:05         | 56      | 1:55    | 281     | 3:49    | 4.00  | 20:52     | 5:13      | 75            | 0:35    | 355     | 8:12    |         |
| Runde Langstrec | 2.00     | 10:18    | 5:09         | 58      | 1:51    | 279     | 3:50    | 6.00  | 31:10     | 5:11      | 74            | 0:41    | 354     | 12:02   |         |
| Runde Langstrec | 2.00     | 10:37    | 5:18         | 67      | 2:06    | 317     | 4:13    | 8.00  | 41:47     | 5:13      | 74            | 1:02    | 353     | 16:15   |         |
| Leichtathletikh | 2.00     | 10:46    | 5:23         | 76      | 2:33    | 363     | 4:43    | 10.00 | 52:33     | 5:15      | 62            | 11:01   | 301     | 20:58   |         |