



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Pawlik, Gerd

□□: Pawliks Lauffamily

□□: 1384

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 49:15

□□: 12.18 km/h

□□□□: 4:55 min/km

□□□□□/□□□: 238 (of 637)

□□□□□/□: 221 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 36(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:45	4:52	34	1:49	208	3:28	2.00	9:45	4:52	99		480	3:28
Runde Langstrec	2.00	9:46	4:53	38	1:29	226	3:23	4.00	19:31	4:52	99		480	6:51
Runde Langstrec	2.00	9:58	4:59	38	1:31	234	3:30	6.00	29:29	4:54	31		194	10:21
Runde Langstrec	2.00	10:03	5:01	41	1:32	237	3:39	8.00	39:32	4:56	98		166	14:00
Leichtathletikh	2.00	9:43	4:51	38	1:30	223	3:40	10.00	49:15	4:55	36	7:43	221	17:40