



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Ellenberg, Horst

□□: Gotha

□□: 1304

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

□□□: 1:43:08

□□: 5.82 km/h

□□□□: 10:19 min/km

□□□□□/□□□: 627 (of 637)

□□□□□/□: 485 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 8(of 8)

□□□□□□□: 47:40

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00 | 18:46 | 9:22 | 8 | 9:42 | 491 | 12:29 | 2.00 | 18:46 | 9:22 | 8 | 9:42 | 490 | 12:29 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 20:33 | 10:16 | 8 | 11:10 | 491 | 14:10 | 4.00 | 39:19 | 9:49 | 8 | 20:52 | 490 | 26:39 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 21:13 | 10:36 | 8 | 11:38 | 490 | 14:45 | 6.00 | 1:00:32 | 10:05 | 8 | 32:30 | 490 | 41:24 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 21:11 | 10:35 | 8 | 11:21 | 488 | 14:47 | 8.00 | 1:21:43 | 10:12 | 8 | 43:51 | 483 | 56:11 | |
| Leichtathletikh | 2.00 | 21:25 | 10:42 | 8 | 11:37 | 485 | 15:22 | 10.00 | 1:43:08 | 10:18 | 8 | 55:28 | 485 | 1:11:33 | |