



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Günther, Egbert

□□: Erfurt

□□: 1389

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 43:22

□□: 13.84 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 637)

□□□□□/□: 81 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 5(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	8:36	4:17	5	0:40	84	2:19	2.00	8:36	4:17	7			82	2:19
Runde Langstrec	2.00	8:26	4:13	4	0:09	63	2:03	4.00	17:02	4:15	7			65	4:22
Runde Langstrec	2.00	8:33	4:16	3	0:06	66	2:05	6.00	25:35	4:15	7			82	6:27
Runde Langstrec	2.00	8:56	4:28	8	0:25	99	2:32	8.00	34:31	4:18	7			81	8:59
Leichtathletikh	2.00	8:51	4:25	11	0:38	124	2:48	10.00	43:22	4:20	5	1:50		81	11:47