



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Peter, Uwe

□□: privat

□□: 1348

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 45:17

□□: 13.25 km/h

□□□□: 4:32 min/km

□□□□□/□□□: 139 (of 637)

□□□□□/□: 134 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 36(of 135)

□□□□□□□: 33:35

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:27 | 4:43 | 48 | 2:59 | 180 | 3:10 | 2.00 | 9:27 | 4:43 | 23 | 2:59 | 95 | 3:10 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:00 | 4:30 | 40 | 2:18 | 141 | 2:37 | 4.00 | 18:27 | 4:36 | 23 | 5:17 | 95 | 5:47 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:15 | 4:37 | 44 | 2:23 | 156 | 2:47 | 6.00 | 27:42 | 4:36 | 23 | 7:40 | 95 | 8:34 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:06 | 4:32 | 29 | 2:20 | 117 | 2:42 | 8.00 | 36:48 | 4:35 | 22 | 10:00 | 94 | 11:16 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 8:29 | 4:14 | 14 | 1:42 | 80 | 2:26 | 10.00 | 45:17 | 4:31 | 36 | 11:42 | 134 | 13:42 |