



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Sickel, Olaf

□□: Erfurt

□□: 1111

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 44:06

□□: 13.61 km/h

□□□□: 4:25 min/km

□□□□□/□□□: 107 (of 637)

□□□□□/□: 102 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 9(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:12	4:35	19	1:16	146	2:55	2.00	9:12	4:35	11			121	2:55
Runde Langstrec	2.00	8:46	4:23	9	0:29	110	2:23	4.00	17:58	4:29	11			121	5:18
Runde Langstrec	2.00	8:47	4:23	7	0:20	87	2:19	6.00	26:45	4:27	11			121	7:37
Runde Langstrec	2.00	8:50	4:25	6	0:19	87	2:26	8.00	35:35	4:26	11			120	10:03
Leichtathletikh	2.00	8:31	4:15	3	0:18	85	2:28	10.00	44:06	4:24	9	2:34		102	12:31