



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Weißbrod, Uwe

□□: Sc Impuls

□□: 1285

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 46:16

□□: 12.97 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 163 (of 637)

□□□□□/□: 156 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 16(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:23	4:41	23	1:27	169	3:06	2.00	9:23	4:41	12		113	3:06
Runde Langstrec	2.00	9:10	4:34	16	0:53	158	2:47	4.00	18:33	4:38	12		128	5:53
Runde Langstrec	2.00	9:14	4:36	15	0:47	152	2:46	6.00	27:47	4:37	12		128	8:39
Runde Langstrec	2.00	9:16	4:38	16	0:45	139	2:52	8.00	37:03	4:37	12		125	11:31
Leichtathletikh	2.00	9:13	4:36	19	1:00	163	3:10	10.00	46:16	4:37	16	4:44	156	14:41