



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Witt, Ronalt

□□: Oldisleben

□□: 1157

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 50:11

□□: 11.96 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 265 (of 637)

□□□□□/□: 245 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 44(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:43	4:51	32	1:47	202	3:26	2.00	9:43	4:51	24	-	151	3:26
Runde Langstrec	2.00	9:37	4:48	33	1:20	213	3:14	4.00	19:20	4:49	24	-	170	6:40
Runde Langstrec	2.00	10:06	5:02	48	1:39	252	3:38	6.00	29:26	4:54	23	-	169	10:18
Runde Langstrec	2.00	10:27	5:13	62	1:56	289	4:03	8.00	39:53	4:59	23	-	168	14:21
Leichtathletikh	2.00	10:18	5:09	60	2:05	302	4:15	10.00	50:11	5:01	44	8:39	245	18:36