



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Bauspieß, Uwe

□□: Team Kyffhäuser Bike and Run

□□: 1115

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 49:23

□□: 12.15 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 240 (of 637)

□□□□□/□: 223 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 37(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:30 | 4:45 | 26 | 1:34 | 182 | 3:13 | 2.00 | 9:30 | 4:45 | 25 | - | 174 | 3:13 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:46 | 4:53 | 38 | 1:29 | 226 | 3:23 | 4.00 | 19:16 | 4:48 | 25 | - | 174 | 6:36 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:02 | 5:00 | 44 | 1:35 | 243 | 3:34 | 6.00 | 29:18 | 4:53 | 24 | - | 173 | 10:10 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:06 | 5:02 | 44 | 1:35 | 242 | 3:42 | 8.00 | 39:24 | 4:55 | 24 | - | 172 | 13:52 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 9:59 | 4:59 | 47 | 1:46 | 267 | 3:56 | 10.00 | 49:23 | 4:56 | 37 | 7:51 | 223 | 17:48 |