



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Albin, Lutz

□□: LTV Erfurt e.V

□□: 1199

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 48:41

□□: 12.32 km/h

□□□□: 4:52 min/km

□□□□□/□□□: 217 (of 637)

□□□□□/□: 202 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 31(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:11	4:35	18	1:15	145	2:54	2.00	9:11	4:35	33		199	2:54
Runde Langstrec	2.00	9:36	4:47	31	1:19	211	3:13	4.00	18:47	4:41	33		199	6:07
Runde Langstrec	2.00	10:01	5:00	42	1:34	241	3:33	6.00	28:48	4:47	32		198	9:40
Runde Langstrec	2.00	10:03	5:01	41	1:32	237	3:39	8.00	38:51	4:51	32		197	13:19
Leichtathletikhal	2.00	9:50	4:55	40	1:37	245	3:47	10.00	48:41	4:52	31	7:09	202	17:06