



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Gerhardt, Lutz

□□: LG Klaus und Lutz

□□: 1120

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□: 53:51

□□: 11.14 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 375 (of 637)

□□□□□/□: 334 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 9(of 24)

□□□□□□□: 43:58

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:45 | 5:52 | 15 | 3:17 | 402 | 5:28 | 2.00 | 11:45 | 5:52 | 21 | 1:03 | 218 | 5:28 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:35 | 5:17 | 8 | 1:48 | 336 | 4:12 | 4.00 | 22:20 | 5:34 | 21 | 1:17 | 231 | 9:40 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:35 | 5:17 | 8 | 1:39 | 319 | 4:07 | 6.00 | 32:55 | 5:29 | 21 | 1:28 | 230 | 13:47 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:32 | 5:15 | 7 | 1:33 | 300 | 4:08 | 8.00 | 43:27 | 5:25 | 20 | 1:23 | 229 | 17:55 | |
| Leichtathletikh | 2.00 | 10:24 | 5:12 | 7 | 1:36 | 314 | 4:21 | 10.00 | 53:51 | 5:23 | 9 | 9:53 | 334 | 22:16 | |