



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kriening, Henry

□□□: 52:12

□□: 1609

□□: 11.49 km/h

□□□□: 5:13 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 320 (of 637)

Vintage VDB Lauf

□□□□□/□: 287 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□:

□□□□□: 60(of 103)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:39	5:49	84	3:43	386	5:22	2.00	11:39	5:49	46	1:34	243	5:22
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	65	2:07	317	4:01	4.00	22:03	5:30	46	1:46	228	9:23
Runde Langstrec	2.00	10:11	5:05	51	1:44	262	3:43	6.00	32:14	5:22	45	1:45	227	13:06
Runde Langstrec	2.00	10:09	5:04	45	1:38	248	3:45	8.00	42:23	5:17	45	1:38	225	16:51
Leichtathletikhal	2.00	9:49	4:54	39	1:36	244	3:46	10.00	52:12	5:13	60	10:40	287	20:37