



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

**Matthes, Jan**

□□: Lauftreff Breitungen

□□: 1557

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 59:25

□□: 10.10 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 540 (of 637)

□□□□□/□: 449 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 94(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:10	5:34	71	3:14	337	4:53	2.00	11:10	5:34	48	1:05	250	4:53
Runde Langstrec	2.00	11:37	5:48	98	3:20	454	5:14	4.00	22:47	5:41	55	2:30	280	10:07
Runde Langstrec	2.00	12:15	6:07	97	3:48	463	5:47	6.00	35:02	5:50	54	4:33	279	15:54
Runde Langstrec	2.00	12:14	6:06	95	3:43	455	5:50	8.00	47:16	5:54	54	6:31	278	21:44
Leichtathletikhal	2.00	12:09	6:04	96	3:56	450	6:06	10.00	59:25	5:56	94	17:53	449	27:50