



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Allert, Joachim

□□: SWE

□□: 1376

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 54:30

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:27 min/km

□□□□□/□□□: 395 (of 637)

□□□□□/□: 350 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 72(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:20	5:10	47	2:24	251	4:03	2.00	10:20	5:10	65	0:15	320	4:03
Runde Langstrec	2.00	10:35	5:17	70	2:18	336	4:12	4.00	20:55	5:13	65	0:38	320	8:15
Runde Langstrec	2.00	11:04	5:31	77	2:37	381	4:36	6.00	31:59	5:19	64	1:30	319	12:51
Runde Langstrec	2.00	11:22	5:41	81	2:51	396	4:58	8.00	43:21	5:25	48	2:36	253	17:49
Leichtathletikhal	2.00	11:09	5:34	82	2:56	393	5:06	10.00	54:30	5:27	72	12:58	350	22:55