



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kranz, Horst

□□: Sondershausen

□□: 1403

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□: 52:32

□□: 11.42 km/h

□□□□: 5:15 min/km

□□□□□/□□□: 335 (of 637)

□□□□□/□: 300 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 6(of 24)

□□□□□□□: 43:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:42	5:20	8	2:14	297	4:25	2.00	10:42	5:20	1	-	321	4:25	
Runde Langstrec	2.00	10:21	5:10	6	1:34	305	3:58	4.00	21:03	5:15	1	-	321	8:23	
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	6	1:28	297	3:56	6.00	31:27	5:14	1	-	320	12:19	
Runde Langstrec	2.00	10:37	5:18	8	1:38	317	4:13	8.00	42:04	5:15	1	-	319	16:32	
Leichtathletikh	2.00	10:28	5:14	8	1:40	323	4:25	10.00	52:32	5:15	6	8:34	300	20:57	