



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Hammer, Andreas

□□: Mauntenbeiker MHL

□□: 1244

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 1:01:43

□□: 9.72 km/h

□□□□: 6:10 min/km

□□□□□/□□□: 577 (of 637)

□□□□□/□: 463 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 98(of 103)

□□□□□□□: 41:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:22	6:11	94	4:26	441	6:05	2.00	12:22	6:11	74	2:17	354	6:05
Runde Langstrec	2.00	12:15	6:07	100	3:58	475	5:52	4.00	24:37	6:09	74	4:20	273	11:57
Runde Langstrec	2.00	12:16	6:08	98	3:49	464	5:48	6.00	36:53	6:08	73	6:24	272	17:45
Runde Langstrec	2.00	12:48	6:24	97	4:17	469	6:24	8.00	49:41	6:12	73	8:56	352	24:09
Leichtathletikh	2.00	12:02	6:00	95	3:49	445	5:59	10.00	1:01:43	6:10	98	20:11	463	30:08