



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Metz, Egon

□□: Spargelläufer Herbsleben

□□: 1560

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□: 1:07:44

□□: 8.86 km/h

□□□□: 6:46 min/km

□□□□□/□□□: 620 (of 637)

□□□□□/□: 481 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 24(of 24)

□□□□□□□: 43:58

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	13:33	6:46	24	5:05	487	7:16	2.00	13:33	6:46	6	2:51	388	7:16
Runde Langstrec	2.00	12:48	6:24	24	4:01	484	6:25	4.00	26:21	6:35	6	5:18	388	13:41
Runde Langstrec	2.00	12:57	6:28	23	4:01	480	6:29	6.00	39:18	6:32	6	7:51	387	20:10
Runde Langstrec	2.00	13:39	6:49	23	4:40	481	7:15	8.00	52:57	6:37	24	10:53	486	27:25
Leichtathletikhal	2.00	14:47	7:23	24	5:59	483	8:44	10.00	1:07:44	6:46	24	23:46	481	36:09