



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Goetz, Helmut

□□: sc impuls erfurt

□□: 1127

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

□□□: 57:41

□□: 10.40 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□: 495 (of 637)

□□□□□/□: 418 (of 493)

□□□□□□: 31:35

□□□□□: 4(of 8)

□□□□□□□: 47:40

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:34	5:46	5	2:30	379	5:17	2.00	11:34	5:46	5	2:30	399	5:17
Runde Langstrec	2.00	11:27	5:43	4	2:04	432	5:04	4.00	23:01	5:45	5	4:34	399	10:21
Runde Langstrec	2.00	11:28	5:44	4	1:53	418	5:00	6.00	34:29	5:44	5	6:27	398	15:21
Runde Langstrec	2.00	11:34	5:46	4	1:44	417	5:10	8.00	46:03	5:45	5	8:11	394	20:31
Leichtathletikh	2.00	11:38	5:48	4	1:50	432	5:35	10.00	57:41	5:46	4	10:01	418	26:06