



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Detailauswertung

**Joost, Steffen**

Verein: Erfurt

Startnummer: 192

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 21:39**

Geschwindigkeit: 11,09 km/h

Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 212 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 164 (von 249)

Bestzeit der Strecke: 11:54

Kategorie-Platzierung: 42(von 63)

Bestzeit in der Kategorie: 14:23

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde	2,00	10:31	5:15	35	3:30	139	4:32	2,00	10:31	5:15	21	0:45	189	4:31
Leichtathletikhäl	2,00	11:08	5:33	47	3:46	187	5:14	4,00	21:39	5:24	42	7:16	164	9:45