



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Heß, Karsten

Verein: Eisenach

Startnummer: 1293

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 39:41

Geschwindigkeit: 15,12 km/h

Laufleistung: 3:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 41 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 38 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 10(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde	2,00	7:33	3:46	8	0:55	37	1:30	2,00	7:33	3:46	10		23	
Runde	2,00	7:55	3:57	9	1:04	38	1:49	4,00	15:28	3:52	18	1:10	44	3:10
Runde	2,00	8:03	4:01	11	0:55	39	1:49	6,00	23:31	3:55	18	1:51	44	4:59
Runde	2,00	8:07	4:03	10	1:07	37	1:51	8,00	31:38	3:57	18	2:39	44	6:50
Leichtathletikhalle	2,00	8:03	4:01	14	1:08	46	1:52	10,00	39:41	3:58	10	5:09	39	13:13