



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Giersberg, Holger

Verein: Erfurt

Startnummer: 1463

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 55:03

Geschwindigkeit: 10,90 km/h

Laufleistung: 5:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 478 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 416 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 149(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	11:53	5:56	160	5:15	466	5:50	2,00	11:53	5:56	61	3:23	142	3:23
Runde	2,00	11:11	5:35	155	4:20	443	5:05	4,00	23:04	5:46	85	8:46	219	10:46
Runde	2,00	11:02	5:30	145	3:54	413	4:48	6,00	34:06	5:41	83	12:26	216	15:34
Runde	2,00	10:51	5:25	133	3:51	375	4:35	8,00	44:57	5:37	83	15:58	216	20:09
Leichtathletikhalle	2,00	10:06	5:02	109	3:11	313	3:55	10,00	55:03	5:30	149	20:31	417	28:35