



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Herzer, Heiko

Verein: LSV Lok Arnstadt

Startnummer: 1407

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 58:57

Geschwindigkeit: 10,18 km/h

Laufleistung: 5:54 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 554 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 465 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 96(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 34:41

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	12:06	6:02	100	5:21	478	6:03	2,00	12:06	6:02	50	3:38	249	3:36
Runde	2,00	11:22	5:41	94	4:27	452	5:16	4,00	23:28	5:51	70	6:19	332	11:10
Runde	2,00	11:21	5:40	91	4:16	441	5:07	6,00	34:49	5:48	70	8:57	340	16:17
Runde	2,00	12:04	6:01	96	4:57	461	5:48	8,00	46:53	5:51	70	12:14	340	22:05
Leichtathletikhalle	2,00	12:04	6:01	98	5:16	471	5:53	10,00	58:57	5:53	96	24:16	466	32:29