



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Heymig, Michael

Verein: Arthrose-Laufclub Wuppertal

Startnummer: 1444

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:53

Geschwindigkeit: 11,35 km/h

Laufleistung: 5:17 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 411 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 366 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 132(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	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	10:59	5:29	148	4:21	394	4:56	2,00	10:59	5:29	93	2:29	120	2:29	
Runde	2,00	10:19	5:09	137	3:28	372	4:13	4,00	21:18	5:19	120	7:00	236	9:00	
Runde	2,00	10:12	5:05	116	3:04	317	3:58	6,00	31:30	5:15	118	9:50	350	12:58	
Runde	2,00	10:39	5:19	129	3:39	357	4:23	8,00	42:09	5:16	118	13:10	207	17:21	
Leichtathletikhalle	2,00	10:44	5:21	133	3:49	382	4:33	10,00	52:53	5:17	132	18:21	367	26:25	