



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Forkel, Jan

Verein: Erfurt

Startnummer: 1061

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:01

Geschwindigkeit: 13,33 km/h

Laufleistung: 4:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 156 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 147 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 56(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Kontrolle	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	9:03	4:31	60	2:25	165	3:00	2,00	9:03	4:31	161	0:33	466	0:33
Runde	2,00	8:50	4:25	55	1:59	141	2:44	4,00	17:53	4:28	136	3:35	385	5:35
Runde	2,00	9:00	4:30	55	1:52	142	2:46	6,00	26:53	4:28	134	5:13	382	8:21
Runde	2,00	9:12	4:35	59	2:12	153	2:56	8,00	36:05	4:30	65	7:06	182	11:17
Leichtathletikhalle	2,00	8:56	4:28	62	2:01	150	2:45	10,00	45:01	4:30	56	10:29	148	18:33