



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Förster, Kai

Verein: FFLW

Startnummer: 262

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 19:08

Geschwindigkeit: 12,54 km/h

Laufleistung: 4:47 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 99 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 79 (von 249)

Bestzeit der Strecke: 11:54

Kategorie-Platzierung: 7(von 32)

Bestzeit in der Kategorie: 13:15

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde	2,00	9:54	4:57	10	3:19	103	3:55	2,00	9:54	4:57	27		74	3:54
Leichtathletikhäl	2,00	9:14	4:36	6	2:34	70	3:20	4,00	19:08	4:46	7	5:53	79	7:14