



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Stephan, Michael

Verein: FSV 1986 Bad Langensalza

Startnummer: 394

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:28

Geschwindigkeit: 11,18 km/h

Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 205 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 157 (von 249)

Bestzeit der Strecke: 11:54

Kategorie-Platzierung: 40(von 63)

Bestzeit in der Kategorie: 14:23

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.	Kat.	Männer	Männer
Runde	2,00	10:50	5:25	40	3:49	156	4:51	2,00	10:50	5:25	61	1:04	117	4:50
Leichtathletikhäl	2,00	10:38	5:18	37	3:16	152	4:44	4,00	21:28	5:21	40	7:05	157	9:34