



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Detailauswertung

**Semmler, Jan**

Verein: Erfurt

Startnummer: 4

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 20:36**

Geschwindigkeit: 11,65 km/h

Laufleistung: 5:09 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 168 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 134 (von 249)

Bestzeit der Strecke: 11:54

Kategorie-Platzierung: 32(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.
Runde	2,00	9:54	4:57	21	2:53	103	3:55	2,00	9:54	4:57	8	0:08	74	3:54
Leichtathletikhäl	2,00	10:42	5:20	39	3:20	159	4:48	4,00	20:36	5:09	32	6:13	134	8:42