



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Knoll, Michael

Verein: LG Bad Frankenhausen / Göllingen
Startnummer: 285

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:59

Geschwindigkeit: 10,92 km/h
Laufleistung: 5:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 227 (von 389)

Strecken-Platzierung/Männer: 176 (von 249)

Bestzeit der Strecke: 11:54

Kategorie-Platzierung: 44(von 63)

Bestzeit in der Kategorie: 14:23

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	2,00	11:05	5:32	42	4:04	169	5:06	2,00	11:05	5:32	18	1:19	204	5:05
Leichtathletikhäl	2,00	10:54	5:27	43	3:32	170	5:00	4,00	21:59	5:29	44	7:36	176	10:05