



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Greifzu, Lars

Verein: RSV Adler Arnstadt

Startnummer: 1518

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 41:29

Geschwindigkeit: 14,46 km/h

Laufleistung: 4:09 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 66 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 61 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 14(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 34:41

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	7:49	3:54	12	1:04	50	1:46	2,00	7:49	3:54	18		24	
Runde	2,00	8:11	4:05	14	1:16	61	2:05	4,00	16:00	4:00	33		19	3:42
Runde	2,00	8:27	4:13	17	1:22	72	2:13	6,00	24:27	4:04	33		155	5:55
Runde	2,00	8:44	4:21	21	1:37	87	2:28	8,00	33:11	4:08	33		155	8:23
Leichtathletikhalle	2,00	8:18	4:09	17	1:30	69	2:07	10,00	41:29	4:08	14	6:48	62	15:01