



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Detailauswertung

Lindenlaub, Ralf

Verein: Geraberg

Startnummer: 1345

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:09

Geschwindigkeit: 13,29 km/h

Laufleistung: 4:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 157 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 148 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 37(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	9:36	4:47	51	2:51	230	3:33	2,00	9:36	4:47	23	1:08	108	1:06
Runde	2,00	8:59	4:29	38	2:04	160	2:53	4,00	18:35	4:38	3	1:26	17	6:17
Runde	2,00	8:59	4:29	34	1:54	136	2:45	6,00	27:34	4:35	40	1:42	173	9:02
Runde	2,00	8:56	4:28	27	1:49	111	2:40	8,00	36:30	4:33	40	1:51	173	11:42
Leichtathletikhalle	2,00	8:39	4:19	28	1:51	112	2:28	10,00	45:09	4:30	37	10:28	149	18:41