



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Knabe, Ingo

Verein: Martinroda
Startnummer: 1035

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:11

Geschwindigkeit: 11,72 km/h
Laufleistung: 5:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 347 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 314 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 111(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

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	10:30	5:15	120	3:52	332	4:27	2,00	10:30	5:15	48	2:00	119	2:00
Runde	2,00	9:49	4:54	101	2:58	282	3:43	4,00	20:19	5:04	87	6:01	203	8:01
Runde	2,00	10:09	5:04	110	3:01	303	3:55	6,00	30:28	5:04	85	8:48	239	11:56
Runde	2,00	10:22	5:11	116	3:22	323	4:06	8,00	40:50	5:06	85	11:51	239	16:02
Leichtathletikhalle	2,00	10:21	5:10	120	3:26	345	4:10	10,00	51:11	5:07	111	16:39	315	24:43