



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Rückert, Jens

Verein: Arnstadt
Startnummer: 1014

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:52

Geschwindigkeit: 13,08 km/h
Laufleistung: 4:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 179 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 166 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 64(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	9:24	4:42	71	2:46	200	3:21	2,00	9:24	4:42	35	0:54	89	0:54	
Runde	2,00	9:07	4:33	65	2:16	172	3:01	4,00	18:31	4:37	90	4:13	249	6:13	
Runde	2,00	9:01	4:30	57	1:53	146	2:47	6,00	27:32	4:35	88	5:52	246	9:00	
Runde	2,00	9:22	4:41	66	2:22	175	3:06	8,00	36:54	4:36	88	7:55	246	12:06	
Leichtathletikhalle	2,00	8:58	4:29	65	2:03	158	2:47	10,00	45:52	4:35	64	11:20	167	19:24	