



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Frontke, Thomas

Verein: SV 1899 Mühlhausen

Startnummer: 1448

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:21

Geschwindigkeit: 14,87 km/h

Laufleistung: 4:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 41 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 12(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	7:43	3:51	13	1:05	44	1:40	2,00	7:43	3:51	76		200	
Runde	2,00	7:58	3:59	11	1:07	40	1:52	4,00	15:41	3:55	102	1:23	290	3:23
Runde	2,00	8:11	4:05	14	1:03	46	1:57	6,00	23:52	3:58	100	2:12	86	5:20
Runde	2,00	8:18	4:09	14	1:18	48	2:02	8,00	32:10	4:01	100	3:11	287	7:22
Leichtathletikhalle	2,00	8:11	4:05	18	1:16	56	2:00	10,00	40:21	4:02	12	5:49	42	13:53