



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Triebsees, Lars

Verein: Erfurt

Startnummer: 1196

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:27

Geschwindigkeit: 11,66 km/h

Laufleistung: 5:08 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 363 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 327 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 117(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	2,00	10:27	5:13	116	3:49	323	4:24	2,00	10:27	5:13	84	1:57	235	1:57
Runde	2,00	10:02	5:00	120	3:11	324	3:56	4,00	20:29	5:07	121	6:11	230	8:11
Runde	2,00	10:09	5:04	110	3:01	303	3:55	6,00	30:38	5:06	119	8:58	351	12:06
Runde	2,00	10:32	5:15	123	3:32	344	4:16	8,00	41:10	5:08	119	12:11	351	16:22
Leichtathletikhalle	2,00	10:17	5:08	118	3:22	338	4:06	10,00	51:27	5:08	117	16:55	328	24:59