39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Frommberger, Ronny

Verein: LSV Neunheiligen
Startnummer: 361

Strecke: 4,00 km
Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Kategorie:
Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 18:47

Geschwindigkeit: 12,78 km/h
Laufleistung: 4:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 93 (von 389)
Strecken-Platzierung/Männer: 74 (von 249)
Bestzeit der Strecke: 11:54

Kategorie-Platzierung: 5(von 32)
Bestzeit in der Kategorie: 13:15

Zwischenzeiten

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Runde	2,00	9:04	4:31	5	2:29	71	3:05	2,00	9:04	4:31	30		65	3:04
Leichtathletikhal	2,00	9:43	4:51	14	3:03	98	3:49	4,00	18:47	4:41	5	5:32	74	6:53