



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Stark, Ralf

Verein: Arnstadt
Startnummer: 1730

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:48

Geschwindigkeit: 12,05 km/h
Laufleistung: 4:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 307 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 279 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 97(von 171)

Bestzeit in der Kategorie: 34:32

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	10:11	5:05	107	3:33	297	4:08	2,00	10:11	5:05	126	1:41	81	1:41
Runde	2,00	9:51	4:55	103	3:00	287	3:45	4,00	20:02	5:00	143	5:44	414	7:44
Runde	2,00	9:50	4:55	89	2:42	255	3:36	6,00	29:52	4:58	155	8:12	450	11:20
Runde	2,00	10:02	5:00	94	3:02	273	3:46	8,00	39:54	4:59	155	10:55	450	15:06
Leichtathletikhalle	2,00	9:54	4:57	98	2:59	288	3:43	10,00	49:48	4:58	97	15:16	280	23:20