



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Hofman, Nico

Verein: Erfurt

Startnummer: 1143

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:49

Geschwindigkeit: 11,15 km/h

Laufleistung: 5:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 479 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 417 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 112(von 136)

Bestzeit in der Kategorie: 32:18

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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	11:49	5:54	126	5:24	482	5:47	2,00	11:49	5:54	95	5:24	283	5:47
Runde	2,00	10:36	5:17	118	4:04	428	4:39	4,00	22:25	5:36	94	9:28	367	10:26
Runde	2,00	10:31	5:15	109	3:51	395	4:36	6,00	32:56	5:29	109	13:19	437	15:02
Runde	2,00	10:37	5:18	107	4:09	393	4:42	8,00	43:33	5:26	109	17:28	436	19:44
Leichtathletikhalle	2,00	10:16	5:08	100	4:03	368	4:26	10,00	53:49	5:22	112	21:31	417	24:10