



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Göppner, Michi

Verein: 1. FC Bocker

Startnummer: 1484

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:45

Geschwindigkeit: 11,82 km/h

Laufleistung: 5:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 366 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 327 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 94(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	11:21	5:40	114	4:56	421	5:19	2,00	11:21	5:40	99	4:56	373	5:19
Runde	2,00	9:44	4:51	86	3:12	290	3:47	4,00	21:05	5:16	129	8:08	510	9:06
Runde	2,00	9:50	4:55	82	3:10	288	3:55	6,00	30:55	5:09	129	11:18	218	13:01
Runde	2,00	10:01	5:00	86	3:33	295	4:06	8,00	40:56	5:06	67	14:51	240	17:07
Leichtathletikhalle	2,00	9:49	4:54	82	3:36	297	3:59	10,00	50:45	5:04	94	18:27	327	21:06