



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

HOWARD, @

Verein: Friedrichroda

Startnummer: 1376

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:32

Geschwindigkeit: 12,62 km/h

Laufleistung: 4:45 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 240 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 219 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 75(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

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	9:59	4:59	85	2:48	258	3:57	2,00	9:59	4:59	173	2:00	370	3:57
Runde	2,00	9:13	4:36	70	1:53	196	3:16	4,00	19:12	4:47	172	1:56	524	7:13
Runde	2,00	9:30	4:45	80	1:55	228	3:35	6,00	28:42	4:46	171	6:36	358	10:48
Runde	2,00	9:43	4:51	86	1:58	248	3:48	8,00	38:25	4:48	52	8:34	155	14:36
Leichtathletikhalle	2,00	9:07	4:33	65	1:39	184	3:17	10,00	47:32	4:45	75	10:05	219	17:53