



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Lamprecht, Robert

Verein: Regensburg

Startnummer: 589

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Männer (20-29 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:02

Geschwindigkeit: 11,41 km/h

Laufleistung: 5:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 214 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 167 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 14(von 28)

Bestzeit in der Kategorie: 12:20

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde	2,00	11:00	5:30	19	4:54	207	5:00	2,00	11:00	5:30	16	0:08	135	5:00
Leichtathletikhäl	2,00	10:02	5:00	15	3:48	145	3:48	4,00	21:02	5:15	14	8:42	167	8:45