



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Lippe-Küster, Rainer

Verein: Hamburg
Startnummer: 181

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:44

Geschwindigkeit: 11,04 km/h
Laufleistung: 5:26 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 258 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 201 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 39(von 67)

Bestzeit in der Kategorie: 13:52

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	11:02	5:30	44	4:15	209	5:02	2,00	11:02	5:30	15		176	5:02
Leichtathletikhäl	2,00	10:42	5:20	40	3:37	199	4:28	4,00	21:44	5:26	39	7:52	201	9:27