



## 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

### Detailauswertung

Münch, Heiko

Verein: sc impuls erfurt

Startnummer: 1306

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:18

Geschwindigkeit: 14,89 km/h

Laufleistung: 4:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 40 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 10(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

| Kontrolle           | Split<br>km | Split<br>Zeit | Split<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer | Gesamt<br>km | Gesamt<br>Zeit | Gesamt<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Männer | Rückst.<br>Männer |
|---------------------|-------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|--------------|----------------|------------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| Runde               | 2,00        | 7:47          | 3:53            | 6             | 0:36            | 38              | 1:45              | 2,00         | 7:47           | 3:53             | 13            |                 | 55              | 1:45              |
| Runde               | 2,00        | 7:55          | 3:57            | 6             | 0:35            | 35              | 1:58              | 4,00         | 15:42          | 3:55             | 13            |                 | 54              | 3:43              |
| Runde               | 2,00        | 8:11          | 4:05            | 11            | 0:36            | 44              | 2:16              | 6,00         | 23:53          | 3:58             | 9             | 1:47            | 35              | 5:59              |
| Runde               | 2,00        | 8:16          | 4:08            | 11            | 0:31            | 45              | 2:21              | 8,00         | 32:09          | 4:01             | 11            | 2:18            | 52              | 8:20              |
| Leichtathletikhalle | 2,00        | 8:09          | 4:04            | 12            | 0:41            | 55              | 2:19              | 10,00        | 40:18          | 4:01             | 10            | 2:51            | 40              | 10:39             |