



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Heinzeroth, Jörg

Verein: Werratal Runners

Startnummer: 915

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 42:34

Geschwindigkeit: 14,10 km/h

Laufleistung: 4:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 85 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 76 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 20(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	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	8:16	4:08	22	1:05	76	2:14	2,00	8:16	4:08	23	0:17	82	2:14	
Runde	2,00	8:38	4:18	33	1:18	105	2:41	4,00	16:54	4:13	23		81	4:55	
Runde	2,00	8:41	4:20	30	1:06	98	2:46	6,00	25:35	4:15	22	3:29	80	7:41	
Runde	2,00	8:46	4:23	28	1:01	88	2:51	8,00	34:21	4:17	21	4:30	65	10:32	
Leichtathletikhalle	2,00	8:13	4:06	15	0:45	62	2:23	10,00	42:34	4:15	20	5:07	76	12:55	