



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Lang, Steffen

Verein: Erfurt

Startnummer: 1181

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:07

Geschwindigkeit: 13,60 km/h

Laufleistung: 4:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 124 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 114 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 38(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	9:16	4:38	52	2:05	164	3:14	2,00	9:16	4:38	39	1:17	113	3:14
Runde	2,00	8:43	4:21	37	1:23	117	2:46	4,00	17:59	4:29	39	0:43	112	6:00
Runde	2,00	8:44	4:21	34	1:09	106	2:49	6,00	26:43	4:27	38	4:37	111	8:49
Runde	2,00	8:46	4:23	28	1:01	88	2:51	8,00	35:29	4:26	37	5:38	110	11:40
Leichtathletikhalle	2,00	8:38	4:18	36	1:10	109	2:48	10,00	44:07	4:24	38	6:40	114	14:28