



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Kerst, Alexander

Verein: SV Empor Walschleben
Startnummer: 1326

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:03

Geschwindigkeit: 13,32 km/h

Laufleistung: 4:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 154 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 143 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 41(von 136)

Bestzeit in der Kategorie: 32:18

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	9:45	4:52	64	3:20	223	3:43	2,00	9:45	4:52	33	3:20	107	3:43
Runde	2,00	8:48	4:24	42	2:16	131	2:51	4,00	18:33	4:38	32	5:36	119	6:34
Runde	2,00	9:08	4:33	48	2:28	159	3:13	6,00	27:41	4:36	32	8:04	118	9:47
Runde	2,00	8:59	4:29	35	2:31	118	3:04	8,00	36:40	4:34	32	10:35	117	12:51
Leichtathletikhah	2,00	8:23	4:11	25	2:10	73	2:33	10,00	45:03	4:30	41	12:45	143	15:24