



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

**Roland, Michael**

Verein: Erfurt

Startnummer: 930

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 47:07**

Geschwindigkeit: 12,73 km/h

Laufleistung: 4:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 225 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 207 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 27(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 39:41

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	9:35	4:47	28	2:00	199	3:33	2,00	9:35	4:47	25	2:00	202	3:33	
Runde	2,00	9:20	4:40	25	1:23	216	3:23	4,00	18:55	4:43	33	3:20	157	6:56	
Runde	2,00	9:29	4:44	29	1:22	224	3:34	6,00	28:24	4:44	33	4:42	231	10:30	
Runde	2,00	9:33	4:46	30	1:29	217	3:38	8,00	37:57	4:44	33	6:11	173	14:08	
Leichtathletikhalle	2,00	9:10	4:34	21	1:15	191	3:20	10,00	47:07	4:42	27	7:26	207	17:28	