



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Helbing, Rainer

Verein: Naumburg

Startnummer: 972

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:26

Geschwindigkeit: 12,14 km/h

Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 312 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 281 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 45(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 39:41

| 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 | 9:39 | 4:49 | 30 | 2:04 | 202 | 3:37 | 2,00 | 9:39 | 4:49 | 34 | 2:04 | 153 | 3:37 |
| Runde | 2,00 | 9:45 | 4:52 | 46 | 1:48 | 293 | 3:48 | 4,00 | 19:24 | 4:50 | 34 | 3:49 | 236 | 7:25 |
| Runde | 2,00 | 10:05 | 5:02 | 54 | 1:58 | 321 | 4:10 | 6,00 | 29:29 | 4:54 | 34 | 5:47 | 235 | 11:35 |
| Runde | 2,00 | 10:08 | 5:03 | 55 | 2:04 | 316 | 4:13 | 8,00 | 39:37 | 4:57 | 34 | 7:51 | 234 | 15:48 |
| Leichtathletikhäl | 2,00 | 9:49 | 4:54 | 50 | 1:54 | 297 | 3:59 | 10,00 | 49:26 | 4:56 | 45 | 9:45 | 281 | 19:47 |