



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Hesse, Ingo

Verein: TSV Alperstedt

Startnummer: 1556

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:30

Geschwindigkeit: 11,65 km/h

Laufleistung: 5:09 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 399 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 351 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 114(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	10:09	5:04	91	2:58	286	4:07	2,00	10:09	5:04	89	2:10	222	4:07
Runde	2,00	9:54	4:57	105	2:34	314	3:57	4,00	20:03	5:00	88	2:47	248	8:04
Runde	2,00	10:19	5:09	122	2:44	366	4:24	6,00	30:22	5:03	87	8:16	247	12:28
Runde	2,00	10:32	5:15	124	2:47	376	4:37	8,00	40:54	5:06	86	11:03	246	17:05
Leichtathletikhalle	2,00	10:36	5:17	140	3:08	414	4:46	10,00	51:30	5:09	114	14:03	351	21:51