



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Knauth, Theo

Verein: Gerüstbau Schneider

Startnummer: 678

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:41

Geschwindigkeit: 11,61 km/h

Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 406 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 357 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 100(von 136)

Bestzeit in der Kategorie: 32:18

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	11:28	5:44	117	5:03	437	5:26	2,00	11:28	5:44	73	5:03	239	5:26
Runde	2,00	10:24	5:12	111	3:52	409	4:27	4,00	21:52	5:28	72	8:55	275	9:53
Runde	2,00	10:13	5:06	99	3:33	346	4:18	6,00	32:05	5:20	72	12:28	274	14:11
Runde	2,00	10:00	5:00	84	3:32	292	4:05	8,00	42:05	5:15	72	16:00	264	18:16
Leichtathletikhalle	2,00	9:36	4:47	78	3:23	266	3:46	10,00	51:41	5:10	100	19:23	357	22:02