40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Koch, Rainer

Verein: Plaue
Startnummer: 1421

Strecke: 10,00 km
Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:
Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 59:29

Geschwindigkeit: 10,09 km/h
Laufleistung: 5:57 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 618 (von 686)
Strecken-Platzierung/Männer: 507 (von 543)
Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 99(von 107)
Bestzeit in der Kategorie: 39:41

Zwischenzeiten

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Runde	2,00	12:40	6:19	98	5:05	525	6:38	2,00	12:40	6:19	66	5:05	376	6:38
Runde	2,00	11:16	5:38	90	3:19	490	5:19	4,00	23:56	5:59	66	8:21	374	11:57
Runde	2,00	11:44	5:51	95	3:37	500	5:49	6,00	35:40	5:56	66	11:58	373	17:46
Runde	2,00	12:01	6:00	99	3:57	510	6:06	8,00	47:41	5:57	66	15:55	372	23:52
Leichtathletikhal	2,00	11:48	5:54	98	3:53	502	5:58	10,00	59:29	5:56	99	19:48	507	29:50