



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Triebsees, Lars

Verein: Erfurt

Startnummer: 1156

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 51:34

Geschwindigkeit: 11,64 km/h

Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 400 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 352 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 115(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	10:54	5:27	118	3:43	375	4:52	2,00	10:54	5:27	100	2:55	255	4:52
Runde	2,00	10:10	5:04	125	2:50	368	4:13	4,00	21:04	5:15	97	3:48	271	9:05
Runde	2,00	10:11	5:05	112	2:36	337	4:16	6,00	31:15	5:12	141	9:09	426	13:21
Runde	2,00	10:14	5:06	113	2:29	337	4:19	8,00	41:29	5:11	140	11:38	425	17:40
Leichtathletikhalle	2,00	10:05	5:02	116	2:37	343	4:15	10,00	51:34	5:09	115	14:07	352	21:55