



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Lerche, Ronny

Verein: Erfurt

Startnummer: 1089

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:04:01

Geschwindigkeit: 9,37 km/h

Laufleistung: 6:24 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 661 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 528 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 134(von 136)

Bestzeit in der Kategorie: 32:18

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	13:29	6:44	134	7:04	538	7:27	2,00	13:29	6:44	109	7:04	435	7:27
Runde	2,00	13:16	6:38	134	6:44	537	7:19	4,00	26:45	6:41	108	13:48	433	14:46
Runde	2,00	13:03	6:31	134	6:23	533	7:08	6,00	39:48	6:37	108	20:11	432	21:54
Runde	2,00	12:46	6:23	133	6:18	526	6:51	8,00	52:34	6:34	108	26:29	431	28:45
Leichtathletikhah	2,00	11:27	5:43	125	5:14	479	5:37	10,00	1:04:01	6:24	134	31:43	528	34:22