40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Dittmar, Jens

Verein: Ilmtal
Startnummer: 1187

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

Kategorie:
Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:04

Geschwindigkeit: 11,52 km/h
Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 419 (von 686)
Strecken-Platzierung/Männer: 368 (von 543)
Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 103(von 136)
Bestzeit in der Kategorie: 32:18

Zwischenzeiten

Kontrolle	Teilstreckenwertung Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamtwertung Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Runde	2,00	9:19	4:39	49	2:54	170	3:17	2,00	9:19	4:39	32	2:54	119	3:17
Runde	2,00	10:15	5:07	108	3:43	385	4:18	4,00	19:34	4:53	112	6:37	453	7:35
Runde	2,00	10:43	5:21	113	4:03	418	4:48	6,00	30:17	5:02	112	10:40	299	12:23
Runde	2,00	11:04	5:31	115	4:36	437	5:09	8,00	41:21	5:10	112	15:16	453	17:32
Leichtathletikhal	2,00	10:43	5:21	113	4:30	422	4:53	10,00	52:04	5:12	103	19:46	368	22:25