



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

**Prescher, Frank**

Verein: Erfurt

Startnummer: 929

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 54:20**

Geschwindigkeit: 11,04 km/h

Laufleistung: 5:26 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 502 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 433 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 115(von 136)

Bestzeit in der Kategorie: 32:18

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	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	10:09	5:04	75	3:44	286	4:07	2,00	10:09	5:04	71	3:44	222	4:07
Runde	2,00	10:31	5:15	113	3:59	416	4:34	4,00	20:40	5:10	115	7:43	461	8:41
Runde	2,00	10:55	5:27	118	4:15	438	5:00	6,00	31:35	5:15	115	11:58	304	13:41
Runde	2,00	11:17	5:38	118	4:49	454	5:22	8,00	42:52	5:21	115	16:47	459	19:03
Leichtathletikhalle	2,00	11:28	5:44	127	5:15	481	5:38	10,00	54:20	5:26	115	22:02	433	24:41