



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Espig, Marko

Verein: Erfurt
Startnummer: 1011

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:25

Geschwindigkeit: 10,64 km/h
Laufleistung: 5:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 554 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 468 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 155(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

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	10:00	5:00	86	2:49	261	3:58	2,00	10:00	5:00	177	2:01	471	3:58
Runde	2,00	10:58	5:29	156	3:38	468	5:01	4,00	20:58	5:14	176	3:42	535	8:59
Runde	2,00	11:57	5:58	169	4:22	508	6:02	6,00	32:55	5:29	175	10:49	534	15:01
Runde	2,00	11:51	5:55	166	4:06	501	5:56	8,00	44:46	5:35	174	14:55	411	20:57
Leichtathletikhäl	2,00	11:39	5:49	165	4:11	494	5:49	10,00	56:25	5:38	155	18:58	468	26:46