



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Adamus, Dieter

Verein: Rudolstadt

Startnummer: 35

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

Gesamt-Zeit: 23:02

Geschwindigkeit: 10,42 km/h

Laufleistung: 5:46 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 331 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 244 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 8(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 16:51

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	2,00	12:17	6:08	10	3:46	269	6:17	2,00	12:17	6:08	5	3:13	147	6:17
Leichtathletikhah	2,00	10:45	5:22	7	2:25	204	4:31	4,00	23:02	5:45	8	6:11	244	10:45