



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Eras, Jens-Uwe

Verein: Erfurt

Startnummer: 71

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 21:58

Geschwindigkeit: 10,93 km/h

Laufleistung: 5:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 274 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 215 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 48(von 67)

Bestzeit in der Kategorie: 13:52

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt			Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	2,00	11:29	5:44	50	4:42	229	5:29	2,00	11:29	5:44	61	0:10	151	5:29
Leichtathletikhäl	2,00	10:29	5:14	37	3:24	184	4:15	4,00	21:58	5:29	48	8:06	215	9:41