



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Rossow, Mario

Verein: TSSC Erfurt

Startnummer: 356

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 24:04

Geschwindigkeit: 9,97 km/h

Laufleistung: 6:01 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 384 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 274 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 59(von 67)

Bestzeit in der Kategorie: 13:52

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	12:05	6:02	57	5:18	256	6:05	2,00	12:05	6:02	64	0:46	160	6:05
Leichtathletikhäl	2,00	11:59	5:59	59	4:54	274	5:45	4,00	24:04	6:00	59	10:12	274	11:47