



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

**Lippe-Küster, Rainer**

Verein: Hamburg  
Startnummer: 181

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 21:44**

Geschwindigkeit: 11,04 km/h  
Laufleistung: 5:26 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 258 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 201 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 39(von 67)

Bestzeit in der Kategorie: 13:52

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	2,00	11:02	5:30	44	4:15	209	5:02	2,00	11:02	5:30	15		176	5:02
Leichtathletikhäl	2,00	10:42	5:20	40	3:37	199	4:28	4,00	21:44	5:26	39	7:52	201	9:27