



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Knoll, Michael

Verein: LG Bad Frankenhausen / Göllingen

Startnummer: 623

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 22:20

Geschwindigkeit: 10,75 km/h

Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 292 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 224 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 53(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.
Runde	2,00	11:55	5:57	55	5:08	250	5:55	2,00	11:55	5:57	32	0:36	161	5:55
Leichtathletikhäl	2,00	10:25	5:12	35	3:20	176	4:11	4,00	22:20	5:34	53	8:28	224	10:03