



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

**Joost, Steffen**

Verein: Erfurt

Startnummer: 275

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 21:27**

Geschwindigkeit: 11,19 km/h

Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 234 (von 477)

Strecken-Platzierung/Männer: 185 (von 315)

Bestzeit der Strecke: 12:17

Kategorie-Platzierung: 33(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	10:20	5:10	27	3:33	148	4:20	2,00	10:20	5:10	28		112	4:20
Leichtathletikhäl	2,00	11:07	5:33	52	4:02	233	4:53	4,00	21:27	5:21	33	7:35	185	9:10