



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Steinhardt, Ingo

Verein: Creuzburg

Startnummer: 887

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 38:25

Geschwindigkeit: 15,62 km/h

Laufleistung: 3:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 31 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 27 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 3(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde	2,00	7:33	3:46	3	0:22	30	1:31	2,00	7:33	3:46	5		27	1:31
Runde	2,00	7:33	3:46	2	0:13	23	1:36	4,00	15:06	3:46	5		26	3:07
Runde	2,00	7:44	3:52	2	0:09	21	1:49	6,00	22:50	3:48	4	0:44	25	4:56
Runde	2,00	7:48	3:53	2	0:03	22	1:53	8,00	30:38	3:49	4	0:47	25	6:49
Leichtathletikhalle	2,00	7:47	3:53	5	0:19	33	1:57	10,00	38:25	3:50	3	0:58	27	8:46