



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Hesse, Uwe

Verein: Physio-K. Hesse

Startnummer: 1434

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:30

Geschwindigkeit: 14,81 km/h

Laufleistung: 4:03 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 49 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 43 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 3(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 39:41

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	7:59	3:59	5	0:24	54	1:57	2,00	7:59	3:59	3	0:24	3	1:57
Runde	2,00	8:11	4:05	4	0:14	50	2:14	4,00	16:10	4:02	3	0:35	46	4:11
Runde	2,00	8:10	4:04	2	0:03	43	2:15	6,00	24:20	4:03	3	0:38	45	6:26
Runde	2,00	8:13	4:06	2	0:09	44	2:18	8,00	32:33	4:04	3	0:47	43	8:44
Leichtathletikhalle	2,00	7:57	3:58	2	0:02	44	2:07	10,00	40:30	4:02	3	0:49	43	10:51