



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

Messerer, Christian

Verein: Stadtwerke Erfurt

Startnummer: 1109

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 41:05

Geschwindigkeit: 14,60 km/h

Laufleistung: 4:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 56 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 50 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 18(von 136)

Bestzeit in der Kategorie: 32:18

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt				Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	
Runde	2,00	9:41	4:50	60	3:16	210	3:39	2,00	9:41	4:50	17	3:16	50	3:39	
Runde	2,00	7:57	3:58	14	1:25	39	2:00	4,00	17:38	4:24	16	4:41	49	5:39	
Runde	2,00	7:47	3:53	7	1:07	23	1:52	6,00	25:25	4:14	16	5:48	48	7:31	
Runde	2,00	7:55	3:57	9	1:27	28	2:00	8,00	33:20	4:10	16	7:15	47	9:31	
Leichtathletikhalle	2,00	7:45	3:52	10	1:32	32	1:55	10,00	41:05	4:06	18	8:47	50	11:26	