



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Münch, Heiko

Verein: sc impuls erfurt

Startnummer: 1306

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 40:18

Geschwindigkeit: 14,89 km/h

Laufleistung: 4:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 45 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 40 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 10(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	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	7:47	3:53	6	0:36	38	1:45	2,00	7:47	3:53	13		55	1:45
Runde	2,00	7:55	3:57	6	0:35	35	1:58	4,00	15:42	3:55	13		54	3:43
Runde	2,00	8:11	4:05	11	0:36	44	2:16	6,00	23:53	3:58	9	1:47	35	5:59
Runde	2,00	8:16	4:08	11	0:31	45	2:21	8,00	32:09	4:01	11	2:18	52	8:20
Leichtathletikhalle	2,00	8:09	4:04	12	0:41	55	2:19	10,00	40:18	4:01	10	2:51	40	10:39