



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Donder, Marko

Verein: Sömmerda
Startnummer: 1295

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:35

Geschwindigkeit: 13,46 km/h

Laufleistung: 4:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 135 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 125 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 42(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	9:02	4:30	45	1:51	144	3:00	2,00	9:02	4:30	37	1:03	111	3:00
Runde	2,00	8:46	4:23	42	1:26	126	2:49	4,00	17:48	4:27	24	0:32	83	5:49
Runde	2,00	8:49	4:24	38	1:14	114	2:54	6,00	26:37	4:26	36	4:31	92	8:43
Runde	2,00	9:02	4:30	44	1:17	124	3:07	8,00	35:39	4:27	35	5:48	108	11:50
Leichtathletikhah	2,00	8:56	4:28	53	1:28	158	3:06	10,00	44:35	4:27	42	7:08	125	14:56