



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Lindenlaub, Ralf

Verein: Die flinken Gerataler
Startnummer: 985

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 45:44

Geschwindigkeit: 13,12 km/h

Laufleistung: 4:34 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 180 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 165 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 47(von 136)

Bestzeit in der Kategorie: 32:18

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 | 9:14 | 4:36 | 47 | 2:49 | 159 | 3:12 | 2,00 | 9:14 | 4:36 | 37 | 2:49 | 126 | 3:12 |
| Runde | 2,00 | 8:51 | 4:25 | 45 | 2:19 | 142 | 2:54 | 4,00 | 18:05 | 4:31 | 36 | 5:08 | 125 | 6:06 |
| Runde | 2,00 | 9:06 | 4:32 | 45 | 2:26 | 152 | 3:11 | 6,00 | 27:11 | 4:31 | 36 | 7:34 | 133 | 9:17 |
| Runde | 2,00 | 9:18 | 4:39 | 53 | 2:50 | 174 | 3:23 | 8,00 | 36:29 | 4:33 | 36 | 10:24 | 132 | 12:40 |
| Leichtathletikhalle | 2,00 | 9:15 | 4:37 | 59 | 3:02 | 208 | 3:25 | 10,00 | 45:44 | 4:34 | 47 | 13:26 | 165 | 16:05 |