



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Friedrich, Karsten

Verein: Bonn

Startnummer: 857

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:17

Geschwindigkeit: 12,43 km/h

Laufleistung: 4:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 260 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 236 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 81(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	9:53	4:56	80	2:42	243	3:51	2,00	9:53	4:56	55	1:54	160	3:51	
Runde	2,00	9:13	4:36	70	1:53	196	3:16	4,00	19:06	4:46	62	1:50	172	7:07	
Runde	2,00	9:34	4:46	84	1:59	239	3:39	6,00	28:40	4:46	61	6:34	171	10:46	
Runde	2,00	9:41	4:50	83	1:56	243	3:46	8,00	38:21	4:47	60	8:30	170	14:32	
Leichtathletikhalle	2,00	9:56	4:58	108	2:28	318	4:06	10,00	48:17	4:49	81	10:50	236	18:38	