



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

ten Doornkaat Koolman, Jan

Verein: Wir tun es Laufend

Startnummer: 1643

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:59

Geschwindigkeit: 12,25 km/h

Laufleistung: 4:54 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 289 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 262 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 92(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Kontrolle	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	9:39	4:49	69	2:28	202	3:37	2,00	9:39	4:49	73	1:40	153	3:37
Runde	2,00	9:48	4:54	101	2:28	299	3:51	4,00	19:27	4:51	73	2:11	192	7:28
Runde	2,00	9:50	4:55	101	2:15	288	3:55	6,00	29:17	4:52	72	7:11	191	11:23
Runde	2,00	9:51	4:55	92	2:06	263	3:56	8,00	39:08	4:53	71	9:17	190	15:19
Leichtathletikhah	2,00	9:51	4:55	106	2:23	307	4:01	10,00	48:59	4:53	92	11:32	262	19:20