40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Ellinger, Dirk

Verein: GutsMuths Rennsteiglaufverein
Startnummer: 1481

Strecke: 10,00 km
Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 49:40

Geschwindigkeit: 12,08 km/h
Laufleistung: 4:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 323 (von 686)
Strecken-Platzierung/Männer: 292 (von 543)
Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 99(von 178)
Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Zwischenzeiten

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männe	Rückst. Männer
Runde	2,00	9:51	4:55	79	2:40	240	3:49	2,00	9:51	4:55	76	1:52	197	3:49
Runde	2,00	9:46	4:53	100	2:26	297	3:49	4,00	19:37	4:54	76	2:21	176	7:38
Runde	2,00	9:57	4:58	104	2:22	302	4:02	6,00	29:34	4:55	75	7:28	195	11:40
Runde	2,00	10:09	5:04	109	2:24	322	4:14	8,00	39:43	4:57	74	9:52	194	15:54
Leichtathletikhal	2,00	9:57	4:58	111	2:29	322	4:07	10,00	49:40	4:58	99	12:13	292	20:01