40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Prax, Jens

Verein: Kranichborn
Startnummer: 977

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

Kategorie:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 47:20

Geschwindigkeit: 12,68 km/h
Laufleistung: 4:44 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 231 (von 686)
Strecken-Platzierung/Männer: 212 (von 543)
Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 70(von 178)
Bestzeit in der Kategorie: 37:27

Zwischenzeiten

	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
Kontrolle	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	10:19	5:09	95	3:08	302	4:17	2,00	10:19	5:09	80	2:20	177	4:17
Runde	2,00	9:17	4:38	74	1:57	208	3:20	4,00	19:36	4:54	79	2:20	207	7:37
Runde	2,00	9:20	4:40	70	1:45	199	3:25	6,00	28:56	4:49	78	6:50	175	11:02
Runde	2,00	9:24	4:42	69	1:39	188	3:29	8,00	38:20	4:47	77	8:29	205	14:31
Leichtathletikhal	2,00	9:00	4:30	60	1:32	168	3:10	10,00	47:20	4:44	70	9:53	212	17:41