



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

**Kusche, Stephan**

Verein: Erfurter Hockey Club

Startnummer: 1236

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 48:58**

Geschwindigkeit: 12,25 km/h

Laufleistung: 4:54 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 288 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 261 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 74(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  | 10:53 | 5:26   | 103                 | 4:28         | 373          | 4:51           | 2,00          | 10:53       | 5:26          | 61         | 4:28         | 218          | 4:51           |
| Runde             | 2,00  | 9:40  | 4:49   | 83                  | 3:08         | 279          | 3:43           | 4,00          | 20:33       | 5:08          | 60         | 7:36         | 216          | 8:34           |
| Runde             | 2,00  | 9:32  | 4:46   | 69                  | 2:52         | 235          | 3:37           | 6,00          | 30:05       | 5:00          | 60         | 10:28        | 209          | 12:11          |
| Runde             | 2,00  | 9:37  | 4:48   | 70                  | 3:09         | 231          | 3:42           | 8,00          | 39:42       | 4:57          | 60         | 13:37        | 214          | 15:53          |
| Leichtathletikhah | 2,00  | 9:16  | 4:38   | 61                  | 3:03         | 210          | 3:26           | 10,00         | 48:58       | 4:53          | 74         | 16:40        | 261          | 19:19          |