



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Hessland, Ralf

Verein: Friedrichroda

Startnummer: 843

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:07

Geschwindigkeit: 11,51 km/h

Laufleistung: 5:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 420 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 369 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 67(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 39:41

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	11:26	5:43	79	3:51	432	5:24	2,00	11:26	5:43	31	3:51	227	5:24
Runde	2,00	10:20	5:10	71	2:23	397	4:23	4,00	21:46	5:26	31	6:11	225	9:47
Runde	2,00	10:18	5:09	67	2:11	363	4:23	6,00	32:04	5:20	31	8:22	224	14:10
Runde	2,00	10:08	5:03	55	2:04	316	4:13	8,00	42:12	5:16	31	10:26	223	18:23
Leichtathletikhalle	2,00	9:55	4:57	52	2:00	316	4:05	10,00	52:07	5:12	67	12:26	369	22:28