



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

**Heinrich, Andreas**

Verein: Elxleben  
Startnummer: 1285

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

Kategorie:  
Senioren M30 (30-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 54:46**

Geschwindigkeit: 10,96 km/h  
Laufleistung: 5:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 517 (von 686)  
Strecken-Platzierung/Männer: 442 (von 543)  
Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 117(von 136)  
Bestzeit in der Kategorie: 32:18

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	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	10:14	5:06	105	3:42	378	4:17	4,00	21:07	5:16	74	8:10	280	9:08
Runde	2,00	11:04	5:31	121	4:24	450	5:09	6,00	32:11	5:21	74	12:34	279	14:17
Runde	2,00	11:29	5:44	123	5:01	470	5:34	8,00	43:40	5:27	74	17:35	278	19:51
Leichtathletikhalle	2,00	11:06	5:32	119	4:53	454	5:16	10,00	54:46	5:28	117	22:28	442	25:07