



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Recknagel, Bernd

Verein: Erfurt

Startnummer: 1480

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 55:49

Geschwindigkeit: 10,75 km/h

Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 541 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 457 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 86(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 39:41

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Runde	2,00	11:00	5:30	69	3:25	388	4:58	2,00	11:00	5:30	58	3:25	163	4:58
Runde	2,00	10:57	5:28	87	3:00	467	5:00	4,00	21:57	5:29	58	6:22	332	9:58
Runde	2,00	11:17	5:38	89	3:10	470	5:22	6,00	33:14	5:32	58	9:32	331	15:20
Runde	2,00	11:27	5:43	90	3:23	467	5:32	8,00	44:41	5:35	58	12:55	330	20:52
Leichtathletikhalle	2,00	11:08	5:33	89	3:13	458	5:18	10,00	55:49	5:34	86	16:08	457	26:10