



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Zwerger, Jan

Verein: Erfurt

Startnummer: 816

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 44:56

Geschwindigkeit: 13,35 km/h

Laufleistung: 4:29 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 147 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 136 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 38(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	9:21	4:40	51	2:56	174	3:19	2,00	9:21	4:40	87	2:56	344	3:19
Runde	2,00	8:40	4:19	35	2:08	111	2:43	4,00	18:01	4:30	42	5:04	126	6:02
Runde	2,00	8:57	4:28	41	2:17	130	3:02	6,00	26:58	4:29	86	7:21	179	9:04
Runde	2,00	9:06	4:32	43	2:38	137	3:11	8,00	36:04	4:30	86	9:59	340	12:15
Leichtathletikhah	2,00	8:52	4:26	46	2:39	147	3:02	10,00	44:56	4:29	38	12:38	136	15:17