



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Kopun, Stefan

Verein: Erfurt

Startnummer: 990

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 56:11

Geschwindigkeit: 10,68 km/h

Laufleistung: 5:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 549 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 465 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 124(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	11:31	5:45	120	5:06	447	5:29	2,00	11:31	5:45	89	5:06	352	5:29
Runde	2,00	10:33	5:16	115	4:01	422	4:36	4,00	22:04	5:30	66	9:07	234	10:05
Runde	2,00	11:09	5:34	123	4:29	460	5:14	6,00	33:13	5:32	88	13:36	349	15:19
Runde	2,00	11:36	5:47	125	5:08	476	5:41	8,00	44:49	5:36	88	18:44	327	21:00
Leichtathletikhalle	2,00	11:22	5:41	124	5:09	477	5:32	10,00	56:11	5:37	124	23:53	465	26:32