



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Margraf, Ronny

Verein: Tanzamis Margraf/Lux

Startnummer: 1106

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 59:46

Geschwindigkeit: 10,04 km/h

Laufleistung: 5:59 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 622 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 509 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 130(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	13:10	6:34	133	6:45	533	7:08	2,00	13:10	6:34	96	6:45	379	7:08
Runde	2,00	12:52	6:26	133	6:20	532	6:55	4,00	26:02	6:30	95	13:05	377	14:03
Runde	2,00	12:15	6:07	131	5:35	520	6:20	6,00	38:17	6:22	95	18:40	376	20:23
Runde	2,00	11:09	5:34	116	4:41	440	5:14	8,00	49:26	6:10	95	23:21	375	25:37
Leichtathletikhalle	2,00	10:20	5:10	104	4:07	381	4:30	10,00	59:46	5:58	130	27:28	509	30:07