



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Franke, Stefan

Verein: Langenhagen

Startnummer: 1033

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 55:15

Geschwindigkeit: 10,86 km/h

Laufleistung: 5:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 527 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 449 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 148(von 178)

Bestzeit in der Kategorie: 37:27

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	11:09	5:34	137	3:58	412	5:07	2,00	11:09	5:34	135	3:10	399	5:07
Runde	2,00	10:29	5:14	140	3:09	413	4:32	4,00	21:38	5:24	134	4:22	397	9:39
Runde	2,00	10:57	5:28	145	3:22	439	5:02	6,00	32:35	5:25	133	10:29	313	14:41
Runde	2,00	11:10	5:34	145	3:25	443	5:15	8,00	43:45	5:28	132	13:54	395	19:56
Leichtathletikhah	2,00	11:30	5:45	160	4:02	485	5:40	10,00	55:15	5:31	148	17:48	449	25:36