



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Minack, Frank

Verein: SV Olympia Neustadt

Startnummer: 1207

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 52:25

Geschwindigkeit: 11,45 km/h

Laufleistung: 5:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 431 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 377 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 104(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	11:32	5:46	122	5:07	450	5:30	2,00	11:32	5:46	102	5:07	408	5:30
Runde	2,00	10:11	5:05	103	3:39	371	4:14	4,00	21:43	5:25	101	8:46	352	9:44
Runde	2,00	10:14	5:06	101	3:34	349	4:19	6,00	31:57	5:19	101	12:20	405	14:03
Runde	2,00	10:08	5:03	90	3:40	316	4:13	8,00	42:05	5:15	72	16:00	264	18:16
Leichtathletikhalle	2,00	10:20	5:10	104	4:07	381	4:30	10,00	52:25	5:14	104	20:07	377	22:46