



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Detailauswertung

Spangenberg, René

Verein: Body Cross Gotha

Startnummer: 527

Strecke: 4,00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 22:54

Geschwindigkeit: 10,48 km/h

Laufleistung: 5:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 251 (von 446)

Strecken-Platzierung/Männer: 187 (von 278)

Bestzeit der Strecke: 12:07

Kategorie-Platzierung: 21(von 41)

Bestzeit in der Kategorie: 13:21

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	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 Kurzstrecke	2,00	11:31	5:45	18	4:50	183	5:23	2,00	11:31	5:45	1	-	149	5:23
Leichtathletikhalle	2,00	11:23	5:41	27	4:43	195	5:24	4,00	22:54	5:43	21	9:33	187	10:47