



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Detailauswertung

Rudolph, Maik

Verein: LSG 80 Schmückeläufer
Startnummer: 1570

Strecke: 10,00 km
Vintage VDB Lauf

Kategorie:
Senioren M30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:45

Geschwindigkeit: 11,82 km/h
Laufleistung: 5:05 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 278 (von 637)

Strecken-Platzierung/Männer: 253 (von 493)

Bestzeit der Strecke: 31:35

Kategorie-Platzierung: 78(von 133)

Bestzeit in der Kategorie: 32:01

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 Langstrec	2,00	10:49	5:24	87	4:32	304	4:32	2,00	10:49	5:24	62	4:32	167	4:32
Runde Langstrec	2,00	9:53	4:56	78	3:30	250	3:30	4,00	20:42	5:10	62	8:02	167	8:02
Runde Langstrec	2,00	9:54	4:57	74	3:26	229	3:26	6,00	30:36	5:06	62	11:28	166	11:28
Runde Langstrec	2,00	10:17	5:08	80	3:53	266	3:53	8,00	40:53	5:06	62	15:21	165	15:21
Leichtathletikh	2,00	9:52	4:56	79	3:23	254	3:49	10,00	50:45	5:04	78	18:44	253	19:10