



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Detailauswertung

Gries, Karsten

Verein: Sömmerdaer Gipfelstürmer
Startnummer: 1170

Strecke: 10,00 km
Vintage VDB Lauf

Kategorie:
Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:20

Geschwindigkeit: 12,95 km/h
Laufleistung: 4:38 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 167 (von 637)

Strecken-Platzierung/Männer: 159 (von 493)

Bestzeit der Strecke: 31:35

Kategorie-Platzierung: 17(von 103)

Bestzeit in der Kategorie: 41:32

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	9:43	4:51	32	1:47	202	3:26	2,00	9:43	4:51	24		151	3:26
Runde Langstrec	2,00	9:10	4:34	16	0:53	158	2:47	4,00	18:53	4:43	36		151	6:13
Runde Langstrec	2,00	9:14	4:36	15	0:47	152	2:46	6,00	28:07	4:41	35		151	8:59
Runde Langstrec	2,00	9:13	4:36	14	0:42	130	2:49	8,00	37:20	4:40	35		208	11:48
Leichtathletikh	2,00	9:00	4:30	14	0:47	140	2:57	10,00	46:20	4:38	17	4:48	159	14:45