



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Detailauswertung

**Herzer, Heiko**

Verein: Arnstadt  
Startnummer: 1152

Strecke: 10,00 km  
Vintage VDB Lauf

Kategorie:  
Senioren M40 (40-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 56:04**

Geschwindigkeit: 10,70 km/h  
Laufleistung: 5:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 443 (von 637)

Strecken-Platzierung/Männer: 385 (von 493)

Bestzeit der Strecke: 31:35

Kategorie-Platzierung: 107(von 135)

Bestzeit in der Kategorie: 33:35

Kontrolle	Zwischenzeiten							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	11:18	5:39	91	4:50	355	5:01	2,00	11:18	5:39	85	4:50	304	5:01	
Runde Langstrec	2,00	10:54	5:27	106	4:12	380	4:31	4,00	22:12	5:32	85	9:02	304	9:32	
Runde Langstrec	2,00	11:06	5:32	108	4:14	386	4:38	6,00	33:18	5:32	85	13:16	303	14:10	
Runde Langstrec	2,00	11:25	5:42	115	4:39	405	5:01	8,00	44:43	5:35	84	17:55	301	19:11	
Leichtathletikh	2,00	11:21	5:40	120	4:34	417	5:18	10,00	56:04	5:36	107	22:29	385	24:29	