



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Detailauswertung

**Rödiger, Frank**

Verein: Naturfreunde

Startnummer: 1051

Strecke: 10,00 km

Vintage VDB Lauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 45:06**

Geschwindigkeit: 13,30 km/h

Laufleistung: 4:31 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 131 (von 637)

Strecken-Platzierung/Männer: 126 (von 493)

Bestzeit der Strecke: 31:35

Kategorie-Platzierung: 49(von 133)

Bestzeit in der Kategorie: 32:01

### 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 Langstrec	2,00	9:28	4:44	63	3:11	181	3:11	2,00	9:28	4:44	102	3:11	367	3:11
Runde Langstrec	2,00	8:52	4:26	51	2:29	126	2:29	4,00	18:20	4:34	102	5:40	367	5:40
Runde Langstrec	2,00	9:06	4:32	51	2:38	128	2:38	6,00	27:26	4:34	102	8:18	366	8:18
Runde Langstrec	2,00	9:08	4:33	50	2:44	123	2:44	8,00	36:34	4:34	102	11:02	365	11:02
Leichtathletikh	2,00	8:32	4:15	43	2:03	86	2:29	10,00	45:06	4:30	49	13:05	126	13:31