



7. Erfurter Campuslauf  
Erfurt / 28.06.2023

Detailauswertung

Braunholz, Ralph

Verein: Weimar  
Startnummer: 106

Strecke: 10,00 km  
Hauptlauf

Kategorie:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 54:06

Geschwindigkeit: 11,09 km/h  
Laufleistung: 5:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 39 (von 61)  
Strecken-Platzierung/Männer: 35 (von 50)  
Bestzeit der Strecke: 33:36

Kategorie-Platzierung: 1(von 2)  
Bestzeit in der Kategorie: 54:06

| 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     | 2,00                | 11:31      | 5:45         | 1          | -            | 45           | 4:55           | 2,00          | 11:31       | 5:45          | 1          | -            | 45           | 4:55           |
| Runde     | 2,00                | 11:23      | 5:41         | 1          | -            | 41           | 4:43           | 4,00          | 22:54       | 5:43          | 1          | -            | 42           | 9:38           |
| Runde     | 2,00                | 11:30      | 5:45         | 2          | 0:01         | 40           | 4:43           | 6,00          | 34:24       | 5:44          | 1          | -            | 42           | 14:21          |
| Runde     | 2,00                | 10:29      | 5:14         | 1          | -            | 31           | 3:40           | 8,00          | 44:53       | 5:36          | 1          | -            | 39           | 18:01          |
| Ziel      | 2,00                | 9:13       | 4:36         | 1          | -            | 14           | 2:29           | 10,00         | 54:06       | 5:24          | 1          | -            | 35           | 20:30          |