



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Detailauswertung

Pöse, Jörg

Verein: FIT & Geschickt

Startnummer: 1503

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 48:15

Geschwindigkeit: 12,44 km/h

Laufleistung: 4:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 253 (von 618)

Strecken-Platzierung/Männer: 235 (von 500)

Bestzeit der Strecke: 31:03

Kategorie-Platzierung: 30(von 89)

Bestzeit in der Kategorie: 36:19

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	9:31	4:45	29	2:31	218	3:28	2,00	9:31	4:45	14	1:07	61	1:01
Runde	2,00	9:42	4:50	38	2:24	259	3:36	4,00	19:13	4:48	55		110	6:55
Runde	2,00	9:42	4:50	32	2:21	238	3:28	6,00	28:55	4:49	55		91	10:23
Runde	2,00	9:46	4:53	32	2:25	242	3:30	8,00	38:41	4:50	55		107	13:53
Leichtathletikhalle	2,00	9:34	4:46	34	2:15	244	3:23	10,00	48:15	4:49	30	11:56	236	21:47