



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Pöse, Jörg

Verein: Fit & Geschickt

Startnummer: 1034

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 46:46

Geschwindigkeit: 12,83 km/h

Laufleistung: 4:41 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 208 (von 686)

Strecken-Platzierung/Männer: 190 (von 543)

Bestzeit der Strecke: 29:39

Kategorie-Platzierung: 23(von 107)

Bestzeit in der Kategorie: 39:41

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	2,00	9:18	4:39	22	1:43	165	3:16	2,00	9:18	4:39	24	1:43	99	3:16
Runde	2,00	9:18	4:39	23	1:21	210	3:21	4,00	18:36	4:39	21	3:01	120	6:37
Runde	2,00	9:24	4:42	25	1:17	213	3:29	6,00	28:00	4:40	51	4:18	300	10:06
Runde	2,00	9:28	4:44	26	1:24	201	3:33	8,00	37:28	4:41	51	5:42	299	13:39
Leichtathletikhaf	2,00	9:18	4:39	30	1:23	216	3:28	10,00	46:46	4:40	23	7:05	190	17:07