



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Detailauswertung

**Pöse, Jörg**

Verein: Fit & Geschickt

Startnummer: 1607

Strecke: 10,00 km

Vintage VDB Lauf

Kategorie:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 49:42**

Geschwindigkeit: 12,07 km/h

Laufleistung: 4:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 250 (von 637)

Strecken-Platzierung/Männer: 231 (von 493)

Bestzeit der Strecke: 31:35

Kategorie-Platzierung: 38(von 103)

Bestzeit in der Kategorie: 41:32

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 Langstrec	2,00	9:56	4:58	35	2:00	217	3:39	2,00	9:56	4:58	72		345	3:39
Runde Langstrec	2,00	9:52	4:56	47	1:35	246	3:29	4,00	19:48	4:57	72		349	7:08
Runde Langstrec	2,00	10:05	5:02	46	1:38	247	3:37	6,00	29:53	4:58	71		247	10:45
Runde Langstrec	2,00	10:10	5:04	47	1:39	250	3:46	8,00	40:03	5:00	71		347	14:31
Leichtathletikh	2,00	9:39	4:49	34	1:26	216	3:36	10,00	49:42	4:58	38	8:10	231	18:07