



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Pöse, Jörg

Asociación: Fit & Geschickt

Dorsal: 1607

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 49:42

velocidad: 12.07 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 250 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 231 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 38(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				categoría	categoría	Men	Men
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