



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## evaluación detallada

**Pöse, Jörg**

Asociación: FiT & Geschickt

Dorsal: 1503

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 48:15

velocidad: 12.44 km/h

rendimiento en carrera: 4:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 253 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 235 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 30(de 89)

mejor tiempo en la categoría: 36:19

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	9:31	4:45	29	2:31	218	2.00	9:31	4:45	14	1:07	61	1:01
Runde	2.00	9:42	4:50	38	2:24	259	4.00	19:13	4:48	55		110	6:55
Runde	2.00	9:42	4:50	32	2:21	238	6.00	28:55	4:49	55		91	10:23
Runde	2.00	9:46	4:53	32	2:25	242	8.00	38:41	4:50	55		107	13:53
Leichtathletikhalle	2.00	9:34	4:46	34	2:15	244	10.00	48:15	4:49	30	11:56	236	21:47