



# 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 km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	
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