



## 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

### Detalizēti rezultāti

**Pöse, Jörg**

Klubs: Fit & Geschickt

Numurs: 1034

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Kopējais laiks: 46:46

Ātrums: 12.83 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:41 min/km

Vieta distancē/Kopā: 208 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 190 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 23(no 107)

Grupas labākais laiks: 39:41

### Vidējie laiki

### Posma rezultāts

### Kopējais rezultāts

| Kontrollpunkts     | Posma | Posma | Posma  | Vietāztrūkums:Vietāztrūkums |       |         |         | Kopā  | Kopā  | Kopā   | Vietāztrūkums:Vietāztrūkums |       |         |         |
|--------------------|-------|-------|--------|-----------------------------|-------|---------|---------|-------|-------|--------|-----------------------------|-------|---------|---------|
|                    | km    | Laiks | min/km | grupā                       | grupā | Vīrieši | Vīrieši | km    | Laiks | min/km | grupā                       | grupā | Vīrieši | Vīrieši |
| 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   |
| Leichtathletikhall | 2.00  | 9:18  | 4:39   | 30                          | 1:23  | 216     | 3:28    | 10.00 | 46:46 | 4:40   | 23                          | 7:05  | 190     | 17:07   |