



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Dibelius, Ulrich**

Association: Brown Nuggets

Dossard: 1409

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 47:04

Vitesse: 12.75 km/h

Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 222 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 204 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 67(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Runde	2.00	10:24	5:12	100	3:13	315	4:22	2.00	10:24	5:12	71	2:25	188	4:22
Runde	2.00	9:24	4:42	80	2:04	230	3:27	4.00	19:48	4:57	170	2:32	518	7:49
Runde	2.00	9:11	4:35	58	1:36	173	3:16	6.00	28:59	4:49	169	6:53	517	11:05
Runde	2.00	9:14	4:36	57	1:29	161	3:19	8.00	38:13	4:46	168	8:22	516	14:24
Leichtathletikhall	2.00	8:51	4:25	51	1:23	142	3:01	10.00	47:04	4:42	67	9:37	204	17:25