



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Gellert, Dirk**

Association: Eintracht-Erfurt

Dossard: 1341

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 53:14

Vitesse: 11.27 km/h

Kilométrage: 5:19 min/km

Place par parcours/Total: 456 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 399 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 131(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	10:54	5:27	118	3:43	375	4:52	2.00	10:54	5:27	100	2:55	255	4:52
Runde	2.00	10:09	5:04	124	2:49	363	4:12	4.00	21:03	5:15	99	3:47	253	9:04
Runde	2.00	10:33	5:16	135	2:58	400	4:38	6.00	31:36	5:15	98	9:30	252	13:42
Runde	2.00	10:45	5:22	139	3:00	411	4:50	8.00	42:21	5:17	97	12:30	289	18:32
Leichtathletikhalle	2.00	10:53	5:26	144	3:25	437	5:03	10.00	53:14	5:19	131	15:47	399	23:35