



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Morstedt, Udo**

Association: LSV Neunheilingen

Dossard: 922

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Temps total: 47:05

Vitesse: 12.74 km/h

Kilométrage: 4:43 min/km

Place par parcours/Total: 224 (de 686)

Place par parcours/Hommes: 205 (de 543)

Meilleur temps dans le parcours: 29:39

Place par catégorie: 68(de 178)

Meilleur temps dans la catégorie: 37:27

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

| Poste               | Etape |       | Etape  |       | Etape |        | Place  |       | Retard |        | Place  |       | Retard |        | Total  |       | Total |        | Total |       | Place  |        | Retard |       | Place  |        | Retard |       |        |
|---------------------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|
|                     | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg. | catg.  | Hommes | Hommes | catg. | catg.  | Hommes | Hommes | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Hommes | Hommes | catg.  | catg. | Hommes | Hommes | catg.  | catg. | Hommes |
| Runde               | 2.00  | 9:12  | 4:35   | 49    | 2:01  | 155    | 3:10   | 2.00  | 9:12   | 4:35   | 151    | 1:13  | 363    | 3:10   | 2.00   | 9:12  | 4:35  | 151    | 1:13  | 363   | 3:10   | 151    | 1:13   | 363   | 3:10   | 151    | 1:13   | 363   | 3:10   |
| Runde               | 2.00  | 9:22  | 4:41   | 79    | 2:02  | 223    | 3:25   | 4.00  | 18:34  | 4:38   | 150    | 1:18  | 440    | 6:35   | 4.00   | 18:34 | 4:38  | 150    | 1:18  | 440   | 6:35   | 150    | 1:18   | 440   | 6:35   | 150    | 1:18   | 440   | 6:35   |
| Runde               | 2.00  | 9:33  | 4:46   | 83    | 1:58  | 237    | 3:38   | 6.00  | 28:07  | 4:41   | 131    | 6:01  | 391    | 10:13  | 6.00   | 28:07 | 4:41  | 131    | 6:01  | 391   | 10:13  | 131    | 6:01   | 391   | 10:13  | 131    | 6:01   | 391   | 10:13  |
| Runde               | 2.00  | 9:37  | 4:48   | 79    | 1:52  | 231    | 3:42   | 8.00  | 37:44  | 4:43   | 148    | 7:53  | 159    | 13:55  | 8.00   | 37:44 | 4:43  | 148    | 7:53  | 159   | 13:55  | 148    | 7:53   | 159   | 13:55  | 148    | 7:53   | 159   | 13:55  |
| Leichtathletikhalle | 2.00  | 9:21  | 4:40   | 80    | 1:53  | 226    | 3:31   | 10.00 | 47:05  | 4:42   | 68     | 9:38  | 205    | 17:26  | 10.00  | 47:05 | 4:42  | 68     | 9:38  | 205   | 17:26  | 68     | 9:38   | 205   | 17:26  | 68     | 9:38   | 205   | 17:26  |