



## 5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

### Detailauswertung

**Knedel, Dirk**

Verein: LV Limbach 2000

Startnummer: 1759

Strecke: 10,60 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M35

**Gesamt-Zeit: 40:55**

Geschwindigkeit: 14,66 km/h

Laufleistung: 3:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 18 (von 171)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 140)

Bestzeit der Strecke: 34:20

Kategorie-Platzierung: 3(von 21)

Bestzeit in der Kategorie: 40:08

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer				km	Zeit		
Adolfsburg	7,60	30:30	4:00	3	0:12	16	4:58	7,60	30:30	4:00	20		18	4:58
Ziel	3,00	10:25	3:28	3	0:35	20	1:37	10,60	40:55	3:51	3	0:47	18	6:35