



## 5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

### Detailauswertung

Helbing, Heiko

Verein: Jena

Startnummer: 1714

Strecke: 10,60 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M35

Gesamt-Zeit: 51:03

Geschwindigkeit: 12,46 km/h

Laufleistung: 4:49 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 88 (von 171)

Strecken-Platzierung/Männer: 84 (von 140)

Bestzeit der Strecke: 34:20

Kategorie-Platzierung: 14(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	min/km	Kat.	Kat.	Männer	Männer
Adolfsburg	7,60	37:51	4:58	14	7:33	77	12:19	7,60	37:51	4:58	9	3:36	82	12:19
Ziel	3,00	13:12	4:23	16	3:22	93	4:24	10,60	51:03	4:48	14	10:55	84	16:43