



6. Breitunger Pleßlauf

Breitungen / 23.08.2009

Detailauswertung

Berndt, Roland

Verein: Erfurt

Startnummer: 445

Strecke: 29,00 km

29 km-Lauf

Gesamt-Zeit: 2:49:56

Geschwindigkeit: 10,24 km/h

Höhenmeter auf: 570

Streckenwert: 37,55

Leistungswert: 188 Punkte

Zwischenzeiten

Kontrolle	km Gesamt	km Split	Uhrzeit	Gesamt Zeit	Split Zeit
Festplatz	0	0	10:05	00:00	00:00
km	13,5	13,5	11:27	01:21	01:21
km	18,5	5,0	11:52	01:46	00:25
km	26,0	7,5	12:40	02:34	00:47
Festplatz	29,0	3,0	12:55	02:49	00:15