



6. Breitunger Pleßlauf Breitungen / 23.08.2009

Detailauswertung

Bierau, Ronald

Verein: Immelborn
Startnummer: 442

Strecke: 29,00 km
29 km-Lauf

Gesamt-Zeit: 3:31:48

Geschwindigkeit: 8,22 km/h

Höhenmeter auf: 570
Streckenwert: 37,55

Leistungswert: 263 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	11:29	01:24	01:24
km	18,5	5,0	11:59	01:53	00:29
km	26,0	7,5	13:16	03:10	01:16
Festplatz	29,0	3,0	13:37	03:31	00:21