



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Detailauswertung

Degenhardt, Oliver

Verein: TSV Heiligenrode

Startnummer: 2128

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 37:31

Geschwindigkeit: 15,99 km/h

Laufleistung: 3:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 8 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 8 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 1(von 23)

Bestzeit in der Kategorie: 37:31

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	7,20	27:35	3:49	1	-	7	3:12	7,20	27:35	3:49	12	-	7	3:09
Ziel	3,00	9:56	3:18	1	-	9	1:22	10,10	37:31	3:42	1	-	8	4:31