



## 6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

### Detailauswertung

Montag, Nico

Verein: SV Normania Treffurt

Startnummer: 2081

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M30

Gesamt-Zeit: 44:24

Geschwindigkeit: 13,51 km/h

Laufleistung: 4:24 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 45 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 5(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 34:13

### 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	32:54	4:34	5	7:30	43	8:31	7,20	32:54	4:34	5	7:30	43	8:28
Ziel	3,00	11:30	3:50	4	2:41	46	2:56	10,10	44:24	4:23	5	10:11	45	11:24