



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Detailauswertung

Kühnpast, Frank

Verein: Saalfelder LV

Startnummer: 2033

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 46:27

Geschwindigkeit: 12,92 km/h

Laufleistung: 4:36 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 58 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 56 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 11(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	34:37	4:48	11	7:02	55	10:14	7,20	34:37	4:48	13		54	10:11
Ziel	3,00	11:50	3:56	11	1:54	59	3:16	10,10	46:27	4:35	11	8:56	56	13:27