



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Detailauswertung

Weißhaar, Dirk

Verein: SV Mihla

Startnummer: 2174

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 46:41

Geschwindigkeit: 12,85 km/h

Laufleistung: 4:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 60 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 58 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 12(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.
Adolfsburg	7,20	34:56	4:51	12	7:21	59	10:33	7,20	34:56	4:51	1	-	56	10:30
Ziel	3,00	11:45	3:54	10	1:49	56	3:11	10,10	46:41	4:37	12	9:10	58	13:41