



## 6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

### Detailauswertung

#### Gasterstedt, Ralf

Verein: Unkeroda  
Startnummer: 2201

Strecke: 10,10 km  
Geländelauf

Kategorie:  
Männer M45

Gesamt-Zeit: 50:52

Geschwindigkeit: 11,91 km/h  
Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 102 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 93 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 17(von 25)

Bestzeit in der Kategorie: 39:26

#### 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	38:04	5:17	16	8:37	88	13:41	7,20	38:04	5:17	10	1:49	89	13:38
Ziel	3,00	12:48	4:15	17	2:59	87	4:14	10,10	50:52	5:02	17	11:26	93	17:52