



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Detailauswertung

Brandt, Sebastian

Verein: Fitnessoase Ohrdruf

Startnummer: 2109

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 53:12

Geschwindigkeit: 11,39 km/h

Laufleistung: 5:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 116 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 103 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 17(von 19)

Bestzeit in der Kategorie: 33:00

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	40:15	5:35	17	15:52	101	15:52	7,20	40:15	5:35	4	3:18	99	15:49
Ziel	3,00	12:57	4:18	14	4:23	92	4:23	10,10	53:12	5:16	17	20:12	103	20:12