



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Detailauswertung

Gnass, Christian

Verein: Meinhard-Motzenrode

Startnummer: 2171

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 54:13

Geschwindigkeit: 11,07 km/h

Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 124 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 107 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 18(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	40:10	5:34	16	15:47	100	15:47	7,20	40:10	5:34	3	3:13	103	15:44
Ziel	3,00	14:03	4:41	17	5:29	113	5:29	10,10	54:13	5:22	18	21:13	107	21:13