



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Detailauswertung

Dünkel, Uwe

Verein: Rudolstädter Tunnelteam

Startnummer: 2132

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 56:48

Geschwindigkeit: 10,56 km/h

Laufleistung: 5:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 140 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 119 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 22(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.	Kat.	Männer	Männer
Adolfsburg	7,20	42:14	5:51	22	12:47	113	17:51	7,20	42:14	5:51	5	5:59	108	17:48
Ziel	3,00	14:34	4:51	23	4:45	121	6:00	10,10	56:48	5:37	22	17:22	119	23:48