



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Detailauswertung

Ziegler, Hans-Joachim

Verein: EFC 08 Ruhla

Startnummer: 2137

Strecke: 10,10 km

Geländelauf

Kategorie:

Männer M55

Gesamt-Zeit: 1:00:15

Geschwindigkeit: 9,96 km/h

Laufleistung: 5:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 157 (von 178)

Strecken-Platzierung/Männer: 130 (von 139)

Bestzeit der Strecke: 33:00

Kategorie-Platzierung: 8(von 8)

Bestzeit in der Kategorie: 41:49

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	45:27	6:18	8	14:32	126	21:04	7,20	45:27	6:18	8	14:32	126	21:01
Ziel	3,00	14:48	4:56	8	3:54	123	6:14	10,10	1:00:15	5:57	8	18:26	130	27:15