



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

Detailauswertung

Große, Achim

Verein: LV Sonneberg

Startnummer: 909

Strecke: 30,00 km

30 km-Lauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 2:27:30

Geschwindigkeit: 12,20 km/h

Laufleistung: 4:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 4 (von 31)

Strecken-Platzierung/Männer: 4 (von 26)

Bestzeit der Strecke: 2:17:12

Kategorie-Platzierung: 2(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 2:17:12

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.
Pleß	18,00	1:30:53	5:02	2	7:34	5	7:34	18,00	1:30:53	5:02	2	7:34	24	
Pleß	4,00	21:33	5:23	2	1:45	4	1:45	22,00	1:52:26	5:06	2	9:19	24	
Festplatz	8,00	35:04	4:23	2	0:59	5	2:46	30,00	2:27:30	4:55	2	10:18	4	10:18