



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

Detailauswertung

Michalk, Bernhard

Verein: Rudolstadt

Startnummer: 911

Strecke: 30,00 km

30 km-Lauf

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 2:40:02

Geschwindigkeit: 11,25 km/h

Laufleistung: 5:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 12 (von 31)

Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 26)

Bestzeit der Strecke: 2:17:12

Kategorie-Platzierung: 3(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.	Kat.	Männer	Männer
Pleß	18,00	1:37:51	5:26	3	14:32	12	14:32	18,00	1:37:51	5:26	3	14:32	17	
Pleß	4,00	23:11	5:47	3	3:23	9	3:23	22,00	2:01:02	5:30	3	17:55	17	
Festplatz	8,00	39:00	4:52	3	4:55	13	6:42	30,00	2:40:02	5:20	3	22:50	11	22:50