



7. Lönskrug \"Warm-up-Marathon\"
Hellental (Gemeinde Heinade) / 06.04.2014

Detailauswertung

Ruge, Thomas

Gesamt-Zeit: 2:42:38

Geschwindigkeit: 14,76 km/h

Startnummer: 76

Strecke: 40,80 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 106 (von 109)

Mitteldistanz

Strecken-Platzierung/Männer: 98 (von 100)

Bestzeit der Strecke: 1:24:36

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 36(von 36)

Senioren I

Bestzeit in der Kategorie: 1:30:20

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	km/h	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt km/h	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Runde 1	16,30	1:00:03	15,99	36	24:36	95	26:30	16,30	1:00:03	15,99	18	15:31	27	17:24
Runde 2	20,40	1:25:23	14,05	36	39:28	95	42:32	36,70	2:25:26	14,85	18	42:14	26	48:02
Letzte Runde Ziel	4,10	17:12	13,95	35	8:36	97	9:00	40,80	2:42:38	14,76	36	1:12:18	98	1:18:02