



Detailauswertung

Rzodeczko, Thorsten

Verein: Lauffreunde Emsland
Startnummer: 225

Strecke: 100,22 km
Einzellauf

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 13:51:32

Geschwindigkeit: 7,23 km/h
Laufleistung: 8:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 85 (von 246)

Strecken-Platzierung/Männer: 79 (von 215)

Bestzeit der Strecke: 8:53:45

Kategorie-Platzierung: 21(von 37)

Bestzeit in der Kategorie: 9:49:27

Kontrolle	Zwischenzeiten			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Glasbachwiese	27,39	3:23:13	7:25	22	1:12:16	123	1:12:16	27,39	3:23:13	7:25	22	1:12:16	123	1:12:16
Floh-Seligenthal	27,74	3:15:27	7:02	22	53:47	79	53:47	55,13	6:38:40	7:13	22	2:06:03	97	2:06:03
Finsterbergen	22,03	3:28:43	9:28	20	1:02:56	78	1:39:09	77,16	10:07:23	7:52	20	2:59:09	84	3:23:00
Fröttstädt	23,06	3:44:09	9:43	18	1:14:55	71	1:34:47	100,22	13:51:32	8:17	21	4:02:05	79	4:57:47