



Detailauswertung

QUADRAT, Stefan

Verein: Isernhagen
Startnummer: 1293

Strecke: 16,78 km
EXPERT

Kategorie:
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 2:11:42

Geschwindigkeit: 7,64 km/h
Laufleistung: 7:51 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 163 (von 416)
Strecken-Platzierung/Männer: 152 (von 341)
Bestzeit der Strecke: 1:17:13

Kategorie-Platzierung: 36(von 75)
Bestzeit in der Kategorie: 1:17:18

Kontrolle	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
Wachsenburg	7,40	53:27	7:13	32	21:10	134	21:10	7,40	53:27	7:13	32	21:10	134	21:10
Mühlberg	8,57	1:04:51	7:34	37	27:03	152	27:07	15,97	1:58:18	7:24	34	48:13	145	48:15
Sportplatz Mühlb	0,81	13:24	16:32	43	6:11	181	6:14	16,78	2:11:42	7:50	36	54:24	155	54:29