



Detailauswertung

Giesen, Frank

Verein: Laufwerk Hamburg e.V.
Startnummer: 104

Strecke: 100,22 km
100 Kilometer

Kategorie:
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 10:31:05

Geschwindigkeit: 9,51 km/h
Laufleistung: 6:18 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 20 (von 248)
Strecken-Platzierung/Männer: 20 (von 203)
Bestzeit der Strecke: 8:37:32

Kategorie-Platzierung: 6(von 40)
Bestzeit in der Kategorie: 9:31:18

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
Glasbachwiese	27,39	2:40:40	5:51	2	6:50	9	13:11	27,39	2:40:40	5:51	2	6:50	9	13:11
Floh-Seligenthal	27,74	2:48:31	6:04	3	17:08	13	17:08	55,13	5:29:11	5:58	7	27:01	21	51:50
Finsterbergen	22,03	2:28:31	6:44	5	17:27	17	29:32	77,16	7:57:42	6:11	6	41:25	20	1:20:07
Fröttstädt	23,06	2:33:23	6:39	4	18:22	18	33:26	100,22	10:31:05	6:17	6	59:47	20	1:53:33