



Detailauswertung

Hans-Jörg Ciesla

Gesamt-Zeit: 1:03:33

Startnummer: 316

Geschwindigkeit: 8,50 km/h

Laufleistung: 6:52 min/km

Strecke: 9,25 km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 85 (von 91)

9 km Lauf

Strecken-Platzierung/Männer: 54 (von 57)

Bestzeit der Strecke: 36:04

Kategorie:

Kategorie-Platzierung: 4(von 5)

Senioren M55 (55-59)

Bestzeit in der Kategorie: 49:14

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
Zwischenzeit I	-	11:15	-	4	3:31	56	5:14	-	11:15	-	4	3:31	56	5:14
Zwischenzeit I	-	28:11	-	4	5:55	54	11:55	-	39:26	-	4	9:26	54	17:09
Ziel	9,25	24:07	-	4	5:22	53	11:21	9,25	1:03:33	6:52	4	14:19	54	27:29