



# 5. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 13.09.2008

## evaluación detallada

**Quast, Holger**

Asociación: Mühlhausen

Dorsal: 1622

recorrido: 10.60 km

Geländelauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 57:33

velocidad: 11.05 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 129 (de 171)

posición en el recorrido/Men: 118 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 34:20

posición en la categoría: 9(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 39:16

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	Men				Men	Men	Men	
Adolfsburg	7.60	43:09	5:40	9	13:21	115	17:37	7.60	43:09	5:40	9	13:21	115	17:37
meta	3.00	14:24	4:47	9	4:56	123	5:36	10.60	57:33	5:25	9	18:17	118	23:13