



## 6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

### evaluación detallada

**Gernke, Markus**

Asociación: Werratal Runners

Dorsal: 2021

recorrido: 10.10 km

Geländelauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 43:48

velocidad: 13.70 km/h

rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 43 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 41 (de 139)

mejor tiempo del recorrido: 33:00

posición en la categoría: 4(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 34:13

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	Men	Men				Men	Men		
Adolfsburg	7.20	32:12	4:28	4	6:48	35	7:49	7.20	32:12	4:28	4	6:48	39	7:46
meta	3.00	11:36	3:52	6	2:47	51	3:02	10.10	43:48	4:20	4	9:35	41	10:48