



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

evaluación detallada

Siemon, Thomas

Asociación: Cruzburg

Dorsal: 2175

recorrido: 10.10 km

Geländelauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 43:51

velocidad: 13.82 km/h

rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 44 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 42 (de 139)

mejor tiempo del recorrido: 33:00

posición en la categoría: 5(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 39:26

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	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	Men
Adolfsburg	7.20	32:26	4:30	5	2:59	38	8:03	7.20	32:26	4:30	22	40	8:00	
meta	3.00	11:25	3:48	7	1:36	41	2:51	10.10	43:51	4:20	5	4:25	42	10:51