



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

evaluación detallada

Gnass, Christian

Asociación: Meinhard-Motzenrode

Dorsal: 2171

recorrido: 10.10 km

Geländelauf

categoría:

Männer M20

tiempo total: 54:13

velocidad: 11.18 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 124 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 107 (de 139)

mejor tiempo del recorrido: 33:00

posición en la categoría: 18(de 19)

mejor tiempo en la categoría: 33:00

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	retraso	posición	retraso				posición	retraso		
				categoría	Men	categoría	Men				categoría	Men	categoría	Men
Adolfsburg	7.20	40:10	5:34	16	15:47	100	15:47	7.20	40:10	5:34	3	3:13	103	15:44
meta	3.00	14:03	4:41	17	5:29	113	5:29	10.10	54:13	5:22	18	21:13	107	21:13