



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

evaluación detallada

Quast, Holger

Asociación: Mühlhausen

Dorsal: 2077

recorrido: 10.10 km

Geländelauf

categoría:

Männer M35

tiempo total: 54:36

velocidad: 10.99 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 125 (de 178)

posición en el recorrido/Men: 108 (de 139)

mejor tiempo del recorrido: 33:00

posición en la categoría: 13(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 39:13

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	7.20	40:37	5:38	11	11:51	104	16:14	7.20	40:37	5:38	11	11:51	104	16:11
meta	3.00	13:59	4:39	11	4:00	112	5:25	10.10	54:36	5:24	13	15:23	108	21:36