



# 7. Breitunger Pleßlauf

Breitungen / 22.08.2010

## evaluación detallada

**Arnold, Ralf**

Asociación: SV 1907 Hümpfershausen

Dorsal: 389

recorrido: 21.10 km

Halbmarathon

categoría:

Männer M45

tiempo total: 2:10:15

velocidad: 9.67 km/h

rendimiento en carrera: 6:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 88)

posición en el recorrido/Men: 63 (de 79)

mejor tiempo del recorrido: 1:22:00

posición en la categoría: 13(de 19)

mejor tiempo en la categoría: 1:31:49

## 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	
Pleß	13.00	1:23:01	6:23	11	21:15	56	29:09	13.00	1:23:01	6:23	8	4:45	37	3:43
Festplatz	8.10	47:14	5:49	13	17:11	66	20:08	21.10	2:10:15	6:10	13	38:26	64	1:05:49