



7. Breitunger Pleßlauf

Breitungen / 22.08.2010

evaluación detallada

Liebeskind, Heiko

Asociación: Fit & Run Weimar

Dorsal: 926

recorrido: 30.26 km

30 km-Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 2:58:49

velocidad: 10.07 km/h

rendimiento en carrera: 5:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 18 (de 25)

posición en el recorrido/Men: 16 (de 20)

mejor tiempo del recorrido: 2:05:54

posición en la categoría: 5(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 2:37:16

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Pleß	13.00	1:16:10	5:51	3	5:55	14	18:54	13.00	1:16:10	5:51	5	5:55	5	4:19
Pleß	5.00	26:13	5:14	5	3:59	19	8:32	18.00	1:42:23	5:41	5	9:54	5	7:25
Kilianskuppe	8.00	56:21	7:02	5	7:52	17	17:53	26.00	2:38:44	6:06	5	17:46	5	10:07
Festplatz	4.26	20:05	4:42	5	3:47	18	7:36	30.26	2:58:49	5:54	5	21:33	17	52:55