



6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

Exploitation détaillée

Gernke, Markus

Association: Werratal Runners

Dossard: 2021

Circuit: 10.10 km

Geländelauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 43:48

Vitesse: 13.70 km/h

Kilométrage: 4:20 min/km

Place par parcours/Total: 43 (de 178)

Place par parcours/Hommes: 41 (de 139)

Meilleur temps dans le parcours: 33:00

Place par catégorie: 4(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:13

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	Homm	Homm	catg.	catg.	
Adolfsburg	7.20	32:12	4:28	4	6:48	35	7:49	7.20	32:12	4:28	4	6:48	39	7:46	7.20	32:12	4:28	4	6:48	39	7:46	4	6:48	39	7:46	4	6:48	39	7:46
Arrivée	3.00	11:36	3:52	6	2:47	51	3:02	10.10	43:48	4:20	4	9:35	41	10:48	10.10	43:48	4:20	4	9:35	41	10:48	4	9:35	41	10:48	4	9:35	41	10:48