



## 6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

### Exploitation détaillée

**Siemon, Thomas**

Association: Cruezburg

Dossard: 2175

Circuit: 10.10 km

Geländelauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 43:51

Vitesse: 13.68 km/h

Kilométrage: 4:20 min/km

Place par parcours/Total: 44 (de 178)

Place par parcours/Hommes: 42 (de 139)

Meilleur temps dans le parcours: 33:00

Place par catégorie: 5(de 25)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:26

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Homm
Adolfsburg	7.20	32:26	4:30	5	2:59	38	8:03	7.20	32:26	4:30	22		40	8:00
Arrivée	3.00	11:25	3:48	7	1:36	41	2:51	10.10	43:51	4:20	5	4:25	42	10:51