



## 6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

### Exploitation détaillée

**Heise, Ralf**

Association: sc impuls erfurt e.V.

Dossard: 2026

Circuit: 10.10 km

Geländelauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 49:53

Vitesse: 12.03 km/h

Kilométrage: 4:56 min/km

Place par parcours/Total: 90 (de 178)

Place par parcours/Hommes: 83 (de 139)

Meilleur temps dans le parcours: 33:00

Place par catégorie: 8(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 34:13

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	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	37:13	5:10	8	11:49	80	12:50	7.20	37:13	5:10	8	11:49	79	12:47
Arrivée	3.00	12:40	4:13	9	3:51	80	4:06	10.10	49:53	4:56	8	15:40	83	16:53