



## 6. Trefffurter Stadtlauf

Treffurt / 12.09.2009

### Exploitation détaillée

**Quast, Holger**

Association: Mühlhausen

Dossard: 2077

Circuit: 10.10 km

Geländelauf

Catégorie:

Männer M35

Temps total: 54:36

Vitesse: 10.99 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 125 (de 178)

Place par parcours/Hommes: 108 (de 139)

Meilleur temps dans le parcours: 33:00

Place par catégorie: 13(de 14)

Meilleur temps dans la catégorie: 39:13

### 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	40:37	5:38	11	11:51	104	16:14	7.20	40:37	5:38	11	11:51	104	16:11
Arrivée	3.00	13:59	4:39	11	4:00	112	5:25	10.10	54:36	5:24	13	15:23	108	21:36