



7. Breitunger Pleßlauf  
Breitungen / 22.08.2010

Exploitation détaillée

Rahner, Johannes

Association: SC Neuenstein  
Dossard: 905

Circuit: 30.26 km  
30 km-Lauf

Catégorie:  
Männer M40

Temps total: 2:18:49

Vitesse: 12.97 km/h  
Kilométrage: 4:35 min/km

Place par parcours/Total: 3 (de 25)  
Place par parcours/Hommes: 3 (de 20)  
Meilleur temps dans le parcours: 2:05:54

Place par catégorie: 1(de 2)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:18:49

Temps intermédiaires			Résultats d'étape				Résultat total							
Poste	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
Pleß	13.00	1:06:29	5:06	1	-	4	9:13	13.00	1:06:29	5:06	1	-	19	
Pleß	5.00	20:25	4:05	1	-	4	2:44	18.00	1:26:54	4:49	1	-	19	
Kilianskuppe	8.00	38:51	4:51	1	-	3	0:23	26.00	2:05:45	4:50	1	-	18	
Festplatz	4.26	13:04	3:04	1	-	2	0:35	30.26	2:18:49	4:35	1	-	3	12:55