



# 7. Breitunger Pleßlauf

Breitungen / 22.08.2010

## Exploitation détaillée

**Herting, Falko**

Association: RSV Meßingen  
Dossard: 930

Circuit: 30.26 km  
30 km-Lauf

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 2:43:39

Vitesse: 11.00 km/h  
Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 9 (de 25)  
Place par parcours/Hommes: 8 (de 20)  
Meilleur temps dans le parcours: 2:05:54

Place par catégorie: 2(de 5)  
Meilleur temps dans la catégorie: 2:37:16

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	
Pleß	13.00	1:12:56	5:36	2	2:41	10	15:40	13.00	1:12:56	5:36	2	2:41	13	1:05	
Pleß	5.00	23:27	4:41	2	1:13	11	5:46	18.00	1:36:23	5:21	2	3:54	13	1:25	
Kilianskuppe	8.00	49:58	6:14	2	1:29	8	11:30	26.00	2:26:21	5:37	2	5:23	13		
Festplatz	4.26	17:18	4:03	2	1:00	11	4:49	30.26	2:43:39	5:24	2	6:23	9	37:45	