



7. Breitunger Pleßlauf
Breitungen / 22.08.2010

Exploitation détaillée

Berndt, Roland

Association: Erfurt
Dossard: 910

Circuit: 30.26 km
30 km-Lauf

Catégorie:
Männer M55

Temps total: 2:59:07

Vitesse: 10.14 km/h
Kilométrage: 5:55 min/km

Place par parcours/Total: 19 (de 25)
Place par parcours/Hommes: 17 (de 20)
Meilleur temps dans le parcours: 2:05:54

Place par catégorie: 3(de 3)
Meilleur temps dans la catégorie: 2:19:24

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 Hommes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Homm	Retard Hommes
Pleß	13.00	1:21:48	6:17	3	17:52	17	24:32	13.00	1:21:48	6:17	3	17:52	4	9:57
Pleß	5.00	25:31	5:06	3	5:31	17	7:50	18.00	1:47:19	5:57	3	23:23	4	12:21
Kilianskuppe	8.00	53:32	6:41	3	12:27	12	15:04	26.00	2:40:51	6:11	3	35:50	4	12:14
Festplatz	4.26	18:16	4:17	3	3:53	13	5:47	30.26	2:59:07	5:55	3	39:43	18	53:13