



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

Exploitation détaillée

Heise, Ralf

Association: SC Impuls Erfurt

Dossard: 907

Circuit: 30.00 km

30 km-Lauf

Catégorie:

Männer M35

Temps total: 2:58:33

Vitesse: 10.08 km/h

Kilométrage: 5:57 min/km

Place par parcours/Total: 25 (de 31)

Place par parcours/Hommes: 21 (de 26)

Meilleur temps dans le parcours: 2:17:12

Place par catégorie: 4(de 6)

Meilleur temps dans la catégorie: 2:27:35

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place	Retard	Etape		Place	Retard	Total		Place	Retard	Total	
	km	Temps			min/km	catg.			catg.Homme	catg.Homme			km	Temps
Pleß	18.00	1:47:50	5:59	6	20:29	21	24:31	18.00	1:47:50	5:59	4	16:06	7	6:45
Pleß	4.00	28:15	7:03	6	6:39	23	8:27	22.00	2:16:05	6:11	4	22:45	7	11:17
Festplatz	8.00	42:28	5:18	3	8:13	20	10:10	30.00	2:58:33	5:57	4	30:58	21	41:21