



## Exploitation détaillée

Frank Rüdiger

Temps total: 1:44:10

Dossard: 230

Vitesse: 12.10 km/h

Kilométrage: 4:57 min/km

Circuit: 21.00 km

Place par parcours/Total: 14 (de 35)

Halbmarathon

Place par parcours/Hommes: 13 (de 28)

Meilleur temps dans le parcours: 1:16:53

Catégorie:

Place par catégorie: 4(de 8)

Senioren M40 (40-44)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:16:53

### 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
Zwischenzeit I	-	5:52	-	3	1:07	7	1:07	-	5:52	-	3	1:07	7	1:07
Zwischenzeit II	-	15:38	-	3	2:36	7	2:36	-	21:30	-	3	3:43	7	3:43
Zwischenzeit I	-	20:21	-	4	4:52	12	4:52	-	41:51	-	3	8:35	9	8:35
Zwischenzeit II	-	21:17	-	5	5:13	13	5:13	-	1:03:08	-	3	13:48	10	13:48
Zwischenzeit I	-	22:37	-	6	7:03	17	7:03	-	1:25:45	-	3	20:51	11	20:51
Ziel	-	18:25	-	7	6:26	18	6:26	21.00	1:44:10	-	4	27:17	13	27:17