



7. Breitunger Pleßlauf Breitungen / 22.08.2010

Detalizēti rezultāti

Heise, Ralf

Klubs: SC Impuls Erfurt
Numurs: 932

Posms: 30.26 km
30 km-Lauf

Grupa:
Männer M30

Kopējais laiks: 3:07:07

Ātrums: 9.62 km/h
Skrējiena izpildījums: 6:11 min/km

Vieta distancē/Kopā: 23 (no 25)
Vieta distancē/Vīrieši: 19 (no 20)
Distances labākais laiks: 2:05:54

Vieta grupā: 2(no 2)
Grupās labākais laiks: 2:51:04

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts							Kopējais rezultāts						
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vīrieši	Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkum: grupā	Vietāztrūkums: grupā	Vīrieši	Vīrieši
Pleß	13.00	1:22:30	6:20	2	6:50	18	25:14	13.00	1:22:30	6:20	2	6:50	2	10:39
Pleß	5.00	26:42	5:20	2	3:37	20	9:01	18.00	1:49:12	6:03	2	10:27	2	14:14
Kilianskuppe	8.00	59:06	7:23	2	4:42	18	20:38	26.00	2:48:18	6:28	2	15:09	2	19:41
Festplatz	4.26	18:49	4:25	2	0:54	16	6:20	30.26	3:07:07	6:11	2	16:03	20	1:01:13