



Alteburglauf 2009  
Arnstadt / 30.04.2009

## Detailauswertung

Helh, Andreas

Verein: Biberau  
Startnummer: 899

Strecke: 10,00 km  
Hauptlauf

Kategorie:  
Männer M40

Gesamt-Zeit: 47:50

Geschwindigkeit: 12,54 km/h  
Laufleistung: 4:47 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 58 (von 114)  
Strecken-Platzierung/Männer: 53 (von 87)  
Bestzeit der Strecke: 35:32

Kategorie-Platzierung: 8(von 16)  
Bestzeit in der Kategorie: 37:16