



## 4. Karlsternlauf Mannheim

Mannheim / 14.06.2009

### Detailauswertung

#### Sapel, Christof

Verein: Mannheim

Startnummer: 339

Strecke: 5,57 km

6 km Run

Kategorie:

Männer M45

Gesamt-Zeit: 34:39

Geschwindigkeit: 8,66 km/h

Laufleistung: 6:13 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 119 (von 158)

Strecken-Platzierung/Männer: 91 (von 104)

Bestzeit der Strecke: 20:14

Kategorie-Platzierung: 13(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 21:11