



## 4. Karlsternlauf Mannheim

Mannheim / 14.06.2009

### Detailauswertung

**Heier, Stephan**

Verein: H.B.n.e.V

Startnummer: 569

Strecke: 11,30 km

11,3 km Run

Kategorie:

Männer M45

**Gesamt-Zeit: 47:13**

Geschwindigkeit: 14,36 km/h

Laufleistung: 4:11 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 9 (von 182)

Strecken-Platzierung/Männer: 9 (von 135)

Bestzeit der Strecke: 40:15

Kategorie-Platzierung: 1(von 20)

Bestzeit in der Kategorie: 47:13