



## 4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

### Detailauswertung

Lange, Heiko

Verein: S1 Suhl  
Startnummer: 921

Strecke: 10,50 km  
10, 5 km-Lauf

Kategorie:  
Männer M45

Gesamt-Zeit: 58:36

Geschwindigkeit: 10,24 km/h  
Laufleistung: 5:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 96 (von 135)  
Strecken-Platzierung/Männer: 82 (von 109)  
Bestzeit der Strecke: 39:14

Kategorie-Platzierung: 15(von 18)  
Bestzeit in der Kategorie: 39:41