



4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

Detailauswertung

Helmich, Robert

Verein: SRL Arnstadt Sportclub e.V.

Startnummer: 943

Strecke: 10,50 km

10, 5 km-Lauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 48:11

Geschwindigkeit: 12,45 km/h

Laufleistung: 4:35 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 39 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 38 (von 109)

Bestzeit der Strecke: 39:14

Kategorie-Platzierung: 7(von 15)

Bestzeit in der Kategorie: 40:01