



## 4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

### Detailauswertung

Helk, Andreas

Verein: MONI

Startnummer: 944

Strecke: 10,50 km

10, 5 km-Lauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 53:53

Geschwindigkeit: 11,14 km/h

Laufleistung: 5:08 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 72 (von 135)

Strecken-Platzierung/Männer: 68 (von 109)

Bestzeit der Strecke: 39:14

Kategorie-Platzierung: 11(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 39:14