



15. Hainich-Lauf  
Mihla / 16.08.2009

## Detailauswertung

**Plötz, Heiko**

Verein: Mühlhausen  
Startnummer: 94

Strecke: 13,00 km  
Mittelstrecke

Kategorie:  
Männer M40

**Gesamt-Zeit: 1:11:04**

Geschwindigkeit: 10,98 km/h  
Laufleistung: 5:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 52 (von 101)  
Strecken-Platzierung/Männer: 47 (von 77)  
Bestzeit der Strecke: 51:48

Kategorie-Platzierung: 12(von 17)  
Bestzeit in der Kategorie: 53:34