



8. Thüringer Frauen-Lauf und 11. Erfurter Volkslauf  
Erfurt / 30.08.2009

Detailauswertung

Grucza, Frank-Peter

Verein: Laufladen Erfurt  
Startnummer: 289

Strecke: 12,00 km  
Hauptlauf

Kategorie:  
Männer M50

Gesamt-Zeit: 51:10

Geschwindigkeit: 14,07 km/h  
Laufleistung: 4:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 55 (von 147)  
Strecken-Platzierung/Männer: 55 (von 146)  
Bestzeit der Strecke: 37:37

Kategorie-Platzierung: 7(von 18)  
Bestzeit in der Kategorie: 44:28