



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

Detailauswertung

Ludwig, Frank

Verein: Team DEURA-Haus  
Startnummer: 271

Strecke: 12,00 km  
Hauptlauf

Kategorie:  
Männer M45

Gesamt-Zeit: 55:27

Geschwindigkeit: 12,98 km/h  
Laufleistung: 4:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 83 (von 147)  
Strecken-Platzierung/Männer: 83 (von 146)  
Bestzeit der Strecke: 37:37

Kategorie-Platzierung: 20(von 30)  
Bestzeit in der Kategorie: 43:14