



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

Detailauswertung

Mühlhaus, Helmut

Verein: Rennsteiglaufverein  
Startnummer: 103

Strecke: 12,00 km  
Hauptlauf

Kategorie:  
Männer M75

Gesamt-Zeit: 1:04:33

Geschwindigkeit: 11,15 km/h  
Laufleistung: 5:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 132 (von 147)  
Strecken-Platzierung/Männer: 131 (von 146)  
Bestzeit der Strecke: 37:37

Kategorie-Platzierung: 1(von 5)  
Bestzeit in der Kategorie: 1:04:33