



30. Flössgrabenlauf
Gräfenroda / 05.09.2009

Detailauswertung

Helmich, Robert

Verein: SRL Arnstadt Sportclub e.V.
Startnummer: 611

Strecke: 16,80 km

Hauptlauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 1:16:26

Geschwindigkeit: 12,56 km/h

Laufleistung: 4:33 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 58)

Strecken-Platzierung/Männer: 18 (von 48)

Bestzeit der Strecke: 1:02:03

Kategorie-Platzierung: 5(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 1:02:03