



30. Flössgrabenlauf  
Gräfenroda / 05.09.2009

## Detailauswertung

### Freitag, Roman

Verein: Katholische Laufjugend Arnstadt  
Startnummer: 609

Strecke: 16,80 km

Hauptlauf

Kategorie:

Männer M20

Gesamt-Zeit: 1:17:24

Geschwindigkeit: 13,02 km/h

Laufleistung: 4:37 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 23 (von 58)

Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 48)

Bestzeit der Strecke: 1:02:03

Kategorie-Platzierung: 7(von 11)

Bestzeit in der Kategorie: 1:02:03