



ViaSolutionsThüringenA4Lauf  
Eisenach / 10.01.2010

## Detailauswertung

**Steffens, Sebastian**

Verein: Merkers  
Startnummer: 191

Strecke: 10,00 km  
Kurzdistanz

Kategorie:  
Männer M30

**Gesamt-Zeit: 55:29**

Geschwindigkeit: 10,81 km/h  
Laufleistung: 5:33 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 100 (von 207)  
Strecken-Platzierung/Männer: 84 (von 144)  
Bestzeit der Strecke: 35:53

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)  
Bestzeit in der Kategorie: 44:43