



## 32. Alteburglauf 2010

Arnstadt / 30.04.2010

### Detailauswertung

**Heise, Ralf**

Verein: sc impuls Erfurt

Startnummer: 19

Strecke: 10,00 km

Hauptlauf

Kategorie:

Männer M30

**Gesamt-Zeit: 48:17**

Geschwindigkeit: 12,43 km/h

Laufleistung: 4:50 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 47 (von 112)

Strecken-Platzierung/Männer: 46 (von 87)

Bestzeit der Strecke: 33:04

Kategorie-Platzierung: 4(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 42:24