



## 7. Lauf "Rund um Frauenwald"

Frauenwald / 11.08.2012

### Detailauswertung

**Appelfelder, Michael**

Verein: LAV Saale-Rennsteig

Startnummer: 362

Strecke: 14,60 km

Hauptlauf

Kategorie:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:33:33

Geschwindigkeit: 8,98 km/h

Laufleistung: 6:25 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 89 (von 98)

Strecken-Platzierung/Männer: 74 (von 79)

Bestzeit der Strecke: 56:33

Kategorie-Platzierung: 5(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 1:01:16