



## 19. Mihlaer Hainichlauf

Mihla / 01.05.2013

### Detailauswertung

**Friese, Ralph**

Verein: Pößneck  
Startnummer: 20

Strecke: 13,00 km  
Mittelstrecke

Kategorie:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:17:15**

Geschwindigkeit: 10,10 km/h  
Laufleistung: 5:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 72 (von 90)  
Strecken-Platzierung/Männer: 58 (von 67)  
Bestzeit der Strecke: 53:46

Kategorie-Platzierung: 10(von 11)  
Bestzeit in der Kategorie: 53:58