



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

## Detailauswertung

Haack, Frank

Verein: Mannheim  
Startnummer: 1188

Strecke: 12,00 km  
12 km Run

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:45

Geschwindigkeit: 14,19 km/h  
Laufleistung: 4:14 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 11 (von 169)  
Strecken-Platzierung/Männer: 11 (von 131)  
Bestzeit der Strecke: 45:20

Kategorie-Platzierung: 1(von 25)  
Bestzeit in der Kategorie: 50:45