



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

## Detailauswertung

Demund, Johannes

Verein: Mannheim  
Startnummer: 1180

Strecke: 12,00 km  
12 km Run

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Gesamt-Zeit: 58:19

Geschwindigkeit: 12,35 km/h  
Laufleistung: 4:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 56 (von 169)  
Strecken-Platzierung/Männer: 53 (von 131)  
Bestzeit der Strecke: 45:20

Kategorie-Platzierung: 12(von 23)  
Bestzeit in der Kategorie: 45:20