



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

## Detailauswertung

**Simons, Kai**

Verein: Mannheim  
Startnummer: 1150

Strecke: 12,00 km  
12 km Run

Kategorie:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 59:13**

Geschwindigkeit: 12,16 km/h  
Laufleistung: 4:56 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 61 (von 169)  
Strecken-Platzierung/Männer: 58 (von 131)  
Bestzeit der Strecke: 45:20

Kategorie-Platzierung: 13(von 23)  
Bestzeit in der Kategorie: 45:20