



30. Abend-Berg-Lauf  
Friedrichroda / 02.05.2014

## Detailauswertung

**Ruge, Dominik**

Verein: Sättelstädt  
Startnummer: 441

Strecke: 13,20 km  
Berglauf lang

Kategorie:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 1:07:37**

Geschwindigkeit: 11,54 km/h  
Laufleistung: 5:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 38 (von 95)  
Strecken-Platzierung/Männer: 35 (von 76)  
Bestzeit der Strecke: 51:22

Kategorie-Platzierung: 5(von 9)  
Bestzeit in der Kategorie: 53:00