



7. Thüringer Florena-Frauen-Lauf und 10. Erfurter Volkslauf  
Erfurt / 31.08.2008

Detailed evaluation

**Dalbert, Frank**

Club: Zum alten Nordhäuser Bahnhof e.V  
Number: 161

Course: 12.00 km  
Volkslauf

Category:  
Männer M40

Total time: 1:12:49

Speed: 9.89 km/h  
Running performance: 6:04 min/km

Rank in course/Total: 176 (of 193)

Rank in course/Men: 171 (of 184)

Best time in course: 41:33

Rank in category: 35(of 36)

Best time in the category: 48:17