



8. Thüringer Frauen-Lauf und 11. Erfurter Volkslauf  
Erfurt / 30.08.2009

Detailed evaluation

Jaraus, Hagen

Club: Energie Erfurt 97

Number: 60

Course: 12.00 km

Hauptlauf

Category:

Männer M35

Total time: 52:49

Speed: 13.63 km/h

Running performance: 4:24 min/km

Rank in course/Total: 64 (of 147)

Rank in course/Men: 64 (of 146)

Best time in course: 37:37

Rank in category: 8(of 13)

Best time in the category: 43:57