



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

Detailed evaluation

Ludwig, Frank

Club: Team DEURA-Haus
Number: 271

Course: 12.00 km
Hauptlauf

Category:
Männer M45

Total time: 55:27

Speed: 12.98 km/h
Running performance: 4:37 min/km

Rank in course/Total: 83 (of 147)

Rank in course/Men: 83 (of 146)

Best time in course: 37:37

Rank in category: 20(of 30)

Best time in the category: 43:14