



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

Detailed evaluation

Pabel, Thomas

Club: SWE Laufteam

Number: 213

Course: 12.00 km

Hauptlauf

Category:

Männer M40

Total time: 58:15

Speed: 12.36 km/h

Running performance: 4:51 min/km

Rank in course/Total: 101 (of 147)

Rank in course/Men: 101 (of 146)

Best time in course: 37:37

Rank in category: 17(of 23)

Best time in the category: 41:02