



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

Detailed evaluation

Knoll, Michael

Club: LG Bad Frankenhausen/Göllingen
Number: 189

Course: 12.00 km
Hauptlauf

Category:
Männer M45

Total time: 1:01:50

Speed: 11.64 km/h
Running performance: 5:09 min/km

Rank in course/Total: 122 (of 147)

Rank in course/Men: 122 (of 146)

Best time in course: 37:37

Rank in category: 29(of 30)

Best time in the category: 43:14