



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

Detailed evaluation

Metz, Egon

Club: Spargelläufer Herbsleben  
Number: 102

Course: 12.00 km  
Hauptlauf

Category:  
Männer M55

Total time: 1:03:37

Speed: 11.32 km/h  
Running performance: 5:18 min/km

Rank in course/Total: 128 (of 147)

Rank in course/Men: 127 (of 146)

Best time in course: 37:37

Rank in category: 10(of 12)

Best time in the category: 43:55