



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

Detailed evaluation

Mühlhaus, Helmut

Club: Rennsteiglaufverein
Number: 103

Course: 12.00 km
Hauptlauf

Category:
Männer M75

Total time: 1:04:33

Speed: 11.15 km/h
Running performance: 5:23 min/km

Rank in course/Total: 132 (of 147)

Rank in course/Men: 131 (of 146)

Best time in course: 37:37

Rank in category: 1(of 5)

Best time in the category: 1:04:33