



6. Lauf der Deutschen Einheit  
Mühlhausen / 03.10.2009

Detailed evaluation

Herms, Jörg

Club: Mühlhausen  
Number: 100

Course: 33.47 km  
34 km Lauf

Category:  
Männer 30 bis 39 Jahre

Total time: 3:07:04

Speed: 10.58 km/h  
Running performance: 5:35 min/km

Rank in course/Total: 52 (of 112)

Rank in course/Men: 47 (of 91)

Best time in course: 2:11:36

Rank in category: 15(of 27)

Best time in the category: 2:19:54