



## 5. Lauf: "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 14.08.2010

### Detailed evaluation

**Grunwald, Maxe**

Club: Katholische Laufjugend Arnstadt

Number: 136

Course: 10.50 km

10,5 km-Lauf

Category:

Männer M30

Total time: 51:49

Speed: 11.58 km/h

Running performance: 4:56 min/km

Rank in course/Total: 54 (of 120)

Rank in course/Men: 51 (of 95)

Best time in course: 36:36

Rank in category: 3(of 8)

Best time in the category: 41:50