



7. Lauf der Deutschen Einheit
Mühlhausen / 03.10.2010

Detailed evaluation

Quast, Holger

Club: Mhlhausen
Number: 394

Course: 12.00 km
12 km Lauf

Category:
Männer 30 bis 39 Jahre

Total time: 1:01:58

Speed: 11.62 km/h
Running performance: 5:10 min/km

Rank in course/Total: 23 (of 55)

Rank in course/Men: 20 (of 43)

Best time in course: 44:55

Rank in category: 7(of 10)

Best time in the category: 49:44