



9. Kanonenbahnlauf  
Lengenfeld unterm Stein / 25.06.2011

Detailed evaluation

Lämmerhirt, Dennis

Club: WASPO 08 Göttingen Triathlon  
Number: 102

Course: 7.00 km  
Kleiner Kanonenbahnlauf

Category:  
Männer M30

Total time: 25:39

Speed: 16.37 km/h  
Running performance: 3:40 min/km

Rank in course/Total: 3 (of 51)

Rank in course/Men: 3 (of 42)

Best time in course: 24:27

Rank in category: 1(of 2)

Best time in the category: 25:39