



28. Abend-Berg-Lauf Friedrichroda, 14 Crosslauf für Schüler  
Friedrichroda / 04.05.2012

Detailed evaluation

Ostertag, Jörg

Club: Ruhlaer Sommerskiverein  
Number: 144

Course: 7.80 km  
Berglauf kurz

Category:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Total time: 31:49

Speed: 13.20 km/h  
Running performance: 4:05 min/km

Rank in course/Total: 3 (of 83)

Rank in course/Men: 3 (of 54)

Best time in course: 29:50

Rank in category: 2(of 9)

Best time in the category: 31:22