



## 7. Lauf "Rund um Frauenwald"

Frauenwald / 11.08.2012

### Detailed evaluation

**Fräntzki, Dirk**

Club: LG-Süd Rennsteiglaufverein

Number: 307

Course: 14.60 km

Hauptlauf

Category:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

Total time: 1:01:09

Speed: 13.74 km/h

Running performance: 4:11 min/km

Rank in course/Total: 9 (of 98)

Rank in course/Men: 9 (of 79)

Best time in course: 56:33

Rank in category: 1(of 8)

Best time in the category: 1:01:09