



7. Lauf "Rund um Frauenwald"

Frauenwald / 11.08.2012

Detailed evaluation

Lange, Heiko

Club: Guths-Muths-Rennsteiglauf e.V.

Number: 387

Course: 14.60 km

Hauptlauf

Category:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Total time: 1:19:01

Speed: 10.63 km/h

Running performance: 5:25 min/km

Rank in course/Total: 58 (of 98)

Rank in course/Men: 54 (of 79)

Best time in course: 56:33

Rank in category: 11(of 13)

Best time in the category: 58:17