



9. Trefffurter Stadtlauf  
Treffurt / 15.09.2012

Detailed evaluation

Hermann, Jan

Club: Fitness Oase Ohrdruf  
Number: 3230

Course: 10.60 km  
Geländelauf lang

Category:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Total time: 54:36

Speed: 10.99 km/h  
Running performance: 5:09 min/km

Rank in course/Total: 134 (of 190)

Rank in course/Men: 111 (of 151)

Best time in course: 34:15

Rank in category: 5(of 7)

Best time in the category: 36:26