



Frühjahrs-cross im Steigerwald

Erfurt / 25.03.2017

Detailed evaluation

Kain, Jan

Club: Lauf mal wieder

Number: 1978

Course: 8.00 km

8km Lauf

Category:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Total time: 48:11

Speed: 9.96 km/h

Running performance: 6:01 min/km

Rank in course/Total: 39 (of 65)

Rank in course/Men: 34 (of 44)

Best time in course: 27:30

Rank in category: 6(of 7)

Best time in the category: 36:42