



## 4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

### evaluación detallada

**Thomas, Frank**

Asociación: SV Cursdorf-Meuselbach

Dorsal: 838

recorrido: 10.50 km

10, 5 km-Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 48:21

velocidad: 12.41 km/h

rendimiento en carrera: 4:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 42 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 41 (de 109)

mejor tiempo del recorrido: 39:14

posición en la categoría: 10(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 39:41