



## 4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

### evaluación detallada

**Esche, Karsten**

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 803

recorrido: 10.50 km

10, 5 km-Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 50:13

velocidad: 11.95 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 51 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 49 (de 109)

mejor tiempo del recorrido: 39:14

posición en la categoría: 12(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 39:41