



## 4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

### evaluación detallada

**Koske, Christian**

Asociación: Niedergrunstedt

Dorsal: 823

recorrido: 10.50 km

10, 5 km-Lauf

categoría:

Männer M60

tiempo total: 53:06

velocidad: 11.30 km/h

rendimiento en carrera: 5:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 70 (de 135)

posición en el recorrido/Men: 66 (de 109)

mejor tiempo del recorrido: 39:14

posición en la categoría: 7(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 46:19