



8. Thüringer Frauen-Lauf und 11. Erfurter Volkslauf
Erfurt / 30.08.2009

evaluación detallada

Sauerwald, Bernd

Asociación: Lauffreunde Gotha
Dorsal: 269

recorrido: 12.00 km

Hauptlauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 53:08

velocidad: 13.55 km/h

rendimiento en carrera: 4:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 69 (de 147)

posición en el recorrido/Men: 69 (de 146)

mejor tiempo del recorrido: 37:37

posición en la categoría: 18(de 30)

mejor tiempo en la categoría: 43:14