



## 8. Frühjahrslauf des BSV AOK Leipzig

Leipzig / 20.03.2010

### evaluación detallada

**Helbig, Jan-Paul**

Asociación: SG LVB Leipzig

Dorsal: 265

recorrido: 10.00 km

10 km-Lauf

categoría:

Männer M30

tiempo total: 46:42

velocidad: 12.85 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 110 (de 245)

posición en el recorrido/Men: 103 (de 182)

mejor tiempo del recorrido: 33:27

posición en la categoría: 19(de 27)

mejor tiempo en la categoría: 33:36