



32. Alteburglauf 2010
Arnstadt / 30.04.2010

evaluación detallada

Heise, Ralf

Asociación: sc impuls Erfurt
Dorsal: 19

recorrido: 10.00 km
Hauptlauf

categoría:
Männer M30

tiempo total: 48:17

velocidad: 12.43 km/h
rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 47 (de 112)
posición en el recorrido/Men: 46 (de 87)
mejor tiempo del recorrido: 33:04

posición en la categoría: 4(de 6)
mejor tiempo en la categoría: 42:24