



5. Grüner Karlsternlauf  
Mannheim / 13.06.2010

evaluación detallada

**Heier, Stephan**

Asociación: H.B.n.e.V  
Dorsal: 562

recorrido: 12.00 km  
12 km Run

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 49:24

velocidad: 14.57 km/h  
rendimiento en carrera: 4:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 8 (de 236)  
posición en el recorrido/Men: 8 (de 175)  
mejor tiempo del recorrido: 45:19

posición en la categoría: 3(de 32)  
mejor tiempo en la categoría: 47:35