



## 5. Lauf: "Rund um die Sportlerklause"

Frauenwald / 14.08.2010

### evaluación detallada

#### Siebenhaar, Volker

Asociación: Ilmenau

Dorsal: 219

recorrido: 10.50 km

10,5 km-Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 1:01:44

velocidad: 9.72 km/h

rendimiento en carrera: 5:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 93 (de 120)

posición en el recorrido/Men: 81 (de 95)

mejor tiempo del recorrido: 36:36

posición en la categoría: 13(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 43:29