



## Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

### evaluación detallada

**Ruland, Tillmann**

Asociación: LAC Veltins Hochsauerland

Dorsal: 903

recorrido: 13.00 km

13 km Lauf

categoría:

Männer M20

tiempo total: 1:01:13

velocidad: 12.74 km/h

rendimiento en carrera: 4:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 6 (de 40)

posición en el recorrido/Men: 6 (de 32)

mejor tiempo del recorrido: 57:24

posición en la categoría: 2(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 57:24