



## 29. AVENIDA-Stauseelauf Hohenfelden und Thüringer Frauenlauf Freizeitpark Hohenfelden / 29.05.2011

### evaluación detallada

#### Grams, Holger

Asociación: Lauffreunde Gotha  
Dorsal: 900

recorrido: 14.00 km  
Hauptlauf

categoría:  
Männer M50

tiempo total: 1:16:30

velocidad: 10.98 km/h  
rendimiento en carrera: 5:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 130 (de 197)  
posición en el recorrido/Men: 114 (de 148)  
mejor tiempo del recorrido: 48:12

posición en la categoría: 22(de 26)  
mejor tiempo en la categoría: 55:52