



8. Trefffurter Stadtlauf  
Treffurt / 10.09.2011

evaluación detallada

**Grams, Holger**

Asociación: Lauffreunde Gotha  
Dorsal: 3080

recorrido: 10.60 km  
Geländelauf lang

categoría:  
Männer M50

tiempo total: 57:16

velocidad: 11.11 km/h  
rendimiento en carrera: 5:24 min/km

posición en el recorrido/Total: 132 (de 199)  
posición en el recorrido/Men: 117 (de 160)  
mejor tiempo del recorrido: 35:07

posición en la categoría: 11(de 15)  
mejor tiempo en la categoría: 43:21