



8. Ilmenauer Osterlauf  
Ilmenau, Ortsteil Heyda / 23.04.2011

evaluación detallada

**Siebenhaar, Volker**

Asociación: Ilmenau  
Dorsal: 570

recorrido: 9.30 km  
Kurze Strecke

categoría:  
Männer M45

tiempo total: 50:24

velocidad: 10.71 km/h  
rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 175 (de 307)  
posición en el recorrido/Men: 148 (de 222)  
mejor tiempo del recorrido: 31:22

posición en la categoría: 23(de 37)  
mejor tiempo en la categoría: 36:12