



## 9. Ilmenauer Osterlauf

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 07.04.2012

### evaluación detallada

#### Grams, Holger

Asociación: Lauffreunde Gotha

Dorsal: 70

recorrido: 9.30 km

Kurze Strecke

categoría:

Männer M50

tiempo total: 49:03

velocidad: 11.01 km/h

rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 161 (de 307)

posición en el recorrido/Men: 138 (de 223)

mejor tiempo del recorrido: 32:03

posición en la categoría: 20(de 35)

mejor tiempo en la categoría: 36:48