



7. Lauf "Rund um Frauenwald"  
Frauenwald / 11.08.2012

evaluación detallada

**Siebenhaar, Volker**

Asociación: Ilmenau  
Dorsal: 395

recorrido: 14.60 km  
Hauptlauf

categoría:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 1:23:48

velocidad: 10.45 km/h  
rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 72 (de 98)  
posición en el recorrido/Men: 65 (de 79)  
mejor tiempo del recorrido: 56:33

posición en la categoría: 8(de 9)  
mejor tiempo en la categoría: 59:23