



Winterlaufserie des ELV 2013  
Creuzburg / 27.01.2013

evaluación detallada

**Plötz, Heiko**

Asociación: HSV Tor zum Hainich  
Dorsal: 544

recorrido: 11.30 km

1. Lauf Langdistanz

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 54:07

velocidad: 12.20 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 36 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 49)

mejor tiempo del recorrido: 42:51

posición en la categoría: 7(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 42:51