



## 29. Abend-Berg-Lauf Friedrichroda

Friedrichroda / 03.05.2013

### evaluación detallada

**Pastowski, Ralf**

Asociación: Viba Anschütz Team

Dorsal: 430

recorrido: 13.20 km

Berglauf lang

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:06:30

velocidad: 11.91 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 90)

posición en el recorrido/Men: 34 (de 74)

mejor tiempo del recorrido: 51:51

posición en la categoría: 8(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 56:22