



11. Kanonenbahnlauf  
Lengenfeld unterm Stein / 15.06.2013

evaluación detallada

**Ruhland, Martin**

Asociación: Lengenfeld unterm stein  
Dorsal: 284

recorrido: 16.00 km  
Kanonenbahnlauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:23:33

velocidad: 11.49 km/h  
rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 83)  
posición en el recorrido/Men: 27 (de 73)  
mejor tiempo del recorrido: 1:06:14

posición en la categoría: 7(de 16)  
mejor tiempo en la categoría: 1:07:40