



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

## evaluación detallada

### Schindhelm, Helmut

Asociación: Praxis Für Gross Und Klein  
Dorsal: 1130

recorrido: 12.00 km  
12 km Run

categoría:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 54:37

velocidad: 13.18 km/h  
rendimiento en carrera: 4:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 33 (de 169)  
posición en el recorrido/Men: 32 (de 131)  
mejor tiempo del recorrido: 45:20

posición en la categoría: 2(de 12)  
mejor tiempo en la categoría: 54:13