



3Türmelauf 2014  
Bad Langensalza / 27.04.2014

## evaluación detallada

Held, Thoralf

Asociación: Erfurt  
Dorsal: 171

recorrido: 12.50 km  
12,5 km-Lauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:01:03

velocidad: 11.79 km/h  
rendimiento en carrera: 4:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 40 (de 156)  
posición en el recorrido/Men: 37 (de 109)  
mejor tiempo del recorrido: 42:05

posición en la categoría: 8(de 16)  
mejor tiempo en la categoría: 47:58