



30. Abend-Berg-Lauf  
Friedrichroda / 02.05.2014

evaluación detallada

**Ruge, Dominik**

Asociación: Sättelstädt  
Dorsal: 441

recorrido: 13.20 km  
Berglauf lang

categoría:  
Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 1:07:37

velocidad: 11.54 km/h  
rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 38 (de 95)  
posición en el recorrido/Men: 35 (de 76)  
mejor tiempo del recorrido: 51:22

posición en la categoría: 5(de 9)  
mejor tiempo en la categoría: 53:00