



31. Abend-Berg-Lauf  
Friedrichroda / 24.04.2015

evaluación detallada

**Seifarth, Jan**

Asociación: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz  
Dorsal: 329

recorrido: 13.20 km

Berglauf lang

categoría:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:01:27

velocidad: 12.69 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 17 (de 85)

posición en el recorrido/Men: 16 (de 71)

mejor tiempo del recorrido: 49:57

posición en la categoría: 4(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 49:57