



41. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2019

## evaluación detallada

**Bangert, Holker**

Asociación: TVK Aikido  
Dorsal: 222

recorrido: 10.60 km  
Hauptlauf

categoría:  
Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 58:36

velocidad: 10.85 km/h  
rendimiento en carrera: 5:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 61 (de 109)

posición en el recorrido/Men: 57 (de 85)

mejor tiempo del recorrido: 39:48

posición en la categoría: 7(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 44:33