



5. Stadtlauf Bad Tennstedt  
Bad Tennstedt / 10.09.2022

evaluación detallada

**Ponick, Julius**

Asociación: Bad Tennstedt  
Dorsal: 121

recorrido: 10.00 km  
10 km Lauf

categoría:  
Männer (20-29 Jahre)

tiempo total: 45:10

velocidad: 13.28 km/h  
rendimiento en carrera: 4:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 29)  
posición en el recorrido/Men: 5 (de 23)  
mejor tiempo del recorrido: 35:50

posición en la categoría: 2(de 6)  
mejor tiempo en la categoría: 44:04