



6. Novalislauf Bad Tennstedt  
Bad Tennstedt / 09.09.2023

evaluación detallada

**Bärhold, Ingo**

Asociación: SG Merxleben 1921 e.V.  
Dorsal: 119

recorrido: 10.00 km  
10 km Lauf

categoría:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 49:51

velocidad: 12.04 km/h  
rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 8 (de 27)  
posición en el recorrido/Men: 8 (de 24)  
mejor tiempo del recorrido: 42:50

posición en la categoría: 2(de 3)  
mejor tiempo en la categoría: 47:44