



## 7. Frühjahrslauf des BSV AOK Leipzig

Leipzig / 21.03.2009

### Exploitation détaillée

**Helm, Udo**

Association: Leipzig

Dossard: 357

Circuit: 9.67 km

10 km-Lauf

Catégorie:

Männer M30

Temps total: 52:56

Vitesse: 10.20 km/h

Kilométrage: 5:28 min/km

Place par parcours/Total: 201 (de 265)

Place par parcours/Hommes: 169 (de 194)

Meilleur temps dans le parcours: 32:34

Place par catégorie: 28(de 29)

Meilleur temps dans la catégorie: 32:34