



Alteburglauf 2009  
Arnstadt / 30.04.2009

## Exploitation détaillée

### Esche, Karsten

Association: LSV Lok Arnstadt  
Dossard: 811

Circuit: 10.00 km  
Hauptlauf

Catégorie:  
Männer M45

Temps total: 46:36

Vitesse: 12.88 km/h  
Kilométrage: 4:40 min/km

Place par parcours/Total: 47 (de 114)  
Place par parcours/Hommes: 43 (de 87)  
Meilleur temps dans le parcours: 35:32

Place par catégorie: 9(de 15)  
Meilleur temps dans la catégorie: 38:47