



30. Flössgrabenlauf  
Gräfenroda / 05.09.2009

Exploitation détaillée

**Seidler, Bernd**

Association: Stadtilm  
Dossard: 645

Circuit: 16.80 km  
Hauptlauf

Catégorie:  
Männer M40

Temps total: 1:13:42

Vitesse: 13.68 km/h  
Kilométrage: 4:23 min/km

Place par parcours/Total: 14 (de 58)  
Place par parcours/Hommes: 14 (de 48)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:02:03  
Place par catégorie: 4(de 9)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:09:26