



## 5. Lauf: "Rund um die Sportlerklause"

Frauenwald / 14.08.2010

### Exploitation détaillée

#### Siebenhaar, Volker

Association: Ilmenau

Dossard: 219

Circuit: 10.50 km

10,5 km-Lauf

Catégorie:

Männer M45

Temps total: 1:01:44

Vitesse: 9.72 km/h

Kilométrage: 5:53 min/km

Place par parcours/Total: 93 (de 120)

Place par parcours/Hommes: 81 (de 95)

Meilleur temps dans le parcours: 36:36

Place par catégorie: 13(de 13)

Meilleur temps dans la catégorie: 43:29