



7. Lauf "Rund um Frauenwald"  
Frauenwald / 11.08.2012

Exploitation détaillée

Lange, Heiko

Association: Guths-Muths-Rennsteiglauf e.V.  
Dossard: 387

Circuit: 14.60 km  
Hauptlauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:19:01

Vitesse: 10.63 km/h  
Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 58 (de 98)  
Place par parcours/Hommes: 54 (de 79)

Meilleur temps dans le parcours: 56:33

Place par catégorie: 11(de 13)  
Meilleur temps dans la catégorie: 58:17