



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

Exploitation détaillée

**Arbeit, Rüdiger**

Association: Mannheim  
Dossard: 1004

Circuit: 12.00 km  
12 km Run

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:11:49

Vitesse: 10.03 km/h  
Kilométrage: 5:59 min/km

Place par parcours/Total: 141 (de 169)  
Place par parcours/Hommes: 118 (de 131)

Meilleur temps dans le parcours: 45:20

Place par catégorie: 23(de 25)

Meilleur temps dans la catégorie: 50:45