



24. Karbener Stadtlauf  
Klein-Karben / 11.08.2013

Exploitation détaillée

**Rudat, Markus**

Association: TV Großostheim  
Dossard: 727

Circuit: 10.00 km  
10 km - Lauf

Catégorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 44:06

Vitesse: 13.61 km/h  
Kilométrage: 4:25 min/km

Place par parcours/Total: 22 (de 146)  
Place par parcours/Hommes: 19 (de 111)

Meilleur temps dans le parcours: 35:06

Place par catégorie: 2(de 22)

Meilleur temps dans la catégorie: 41:53