



4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

□□□□

Helmich, Robert

□□: SRL Arnstadt Sportclub e.V.

□□: 943

□□: 10.50 km

10, 5 km-Lauf

□□□□:

Männer M20

□□□: 48:11

□□: 12.45 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 39 (of 135)

□□□□□/□: 38 (of 109)

□□□□□□: 39:14

□□□□□: 7(of 15)

□□□□□□□: 40:01