



4. Lauf "Rund um die Sportlerklausur"

Frauenwald / 15.08.2009

□□□□

Helk, Andreas

□□□: 53:53

□□: MONI

□□: 11.14 km/h

□□: 944

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.50 km

□□□□□/□□□: 72 (of 135)

10, 5 km-Lauf

□□□□□/□: 68 (of 109)

□□□□□□: 39:14

□□□□:

□□□□□: 11(of 14)

Männer M40

□□□□□□□: 39:14