



5. Grüner Karlsternlauf  
Mannheim / 13.06.2010

□□□□

Ritschel, Jörg

□□: Ludwigshafen

□□: 645

□□: 12.00 km

12 km Run

□□□□:

Männer M45

□□□: 1:03:05

□□: 11.41 km/h

□□□□: 5:16 min/km

□□□□□/□□□: 121 (of 236)

□□□□□/□: 105 (of 175)

□□□□□□: 45:19

□□□□□: 22(of 32)

□□□□□□□: 47:35