



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

□□□□

**Kostrzewa, Michael**

□□: LSV Ladenburg Triathlon

□□: 1075

□□: 12.00 km

12 km Run

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 48:44

□□: 14.77 km/h

□□□□: 4:04 min/km

□□□□□/□□□: 5 (of 169)

□□□□□/□: 5 (of 131)

□□□□□□: 45:20

□□□□□: 3(of 23)

□□□□□□□: 45:20