



7. Karlsternlauf
Mannheim / 16.06.2013

□□□□

Amend, Holger

□□: LSV Ladenburg Triathlon

□□: 1002

□□: 12.00 km

12 km Run

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 55:34

□□: 12.96 km/h

□□□□: 4:38 min/km

□□□□□/□□□: 38 (of 169)

□□□□□/□: 37 (of 131)

□□□□□□: 45:20

□□□□□: 9(of 25)

□□□□□□□: 50:45