



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

□□□□

**Simons, Kai**

□□: Mannheim

□□: 1150

□□: 12.00 km

12 km Run

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 59:13

□□: 12.16 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 61 (of 169)

□□□□□/□: 58 (of 131)

□□□□□□: 45:20

□□□□□: 13(of 23)

□□□□□□□: 45:20