

# Lauf des Monats Dezember 2009

## Crosslauf Auhof 4700 Meter

29.11.2009 (Mittelwert aus Nettozeit + Age-Grade 5K)

### Frauen:

1	Arocker Ingrid	52	00:21:13	00:18:11	97,3	100,0	<b>98,7</b>
2	Gasser Monika	47	00:20:39	00:18:53	100,0	96,3	<b>98,1</b>
3	Schweighofer Charlotte	41	00:24:49	00:23:27	83,2	77,5	<b>80,4</b>
3	Datler Iris	21	00:24:09	00:24:09	85,5	75,3	<b>80,4</b>
5	Datler Dagmar	42	00:26:32	00:24:51	77,8	73,2	<b>75,5</b>

### Männer:

1	Frühwirth Harald	24	00:16:45	00:16:45	100,0	99,0	<b>99,5</b>
2	Mühlberger Harald	51	00:18:52	00:16:43	88,8	99,2	<b>94,0</b>
3	Frühwirth Alfred	54	00:19:11	00:16:35	87,3	100,0	<b>93,7</b>
4	Arocker Alfred	50	00:18:57	00:16:55	88,4	98,0	<b>93,2</b>
5	Schram Christian	42	00:18:24	00:17:27	91,0	95,0	<b>93,0</b>
6	Zekendorf Thomas	38	00:18:19	00:17:53	91,4	92,7	<b>92,1</b>
7	Offenberger David	16	00:18:13	00:18:13	91,9	91,0	<b>91,5</b>
8	Kreuzeder Alexander	39	00:19:39	00:19:03	85,2	87,1	<b>86,1</b>
9	Sommergruber Wolfgang	56	00:21:31	00:18:17	77,8	90,7	<b>84,3</b>
10	Marold Robert	40	00:21:11	00:20:23	79,1	81,4	<b>80,2</b>
11	Zugriegel Walter	59	00:23:16	00:19:14	72,0	86,2	<b>79,1</b>
12	Schweighofer Andreas	38	00:22:10	00:21:38	75,6	76,7	<b>76,1</b>
13	Datler Wolfgang	43	00:22:37	00:21:18	74,1	77,9	<b>76,0</b>
14	Heinrich Gerhard	44	00:26:18	00:24:35	63,7	67,5	<b>65,6</b>

Liebe Grüße Zeki :-)