



3. Erfurter Waldlauf und 15. Thüringer Frauenlauf  
Erfurt, Steigerwald / 31.05.2015

Detailauswertung

Held, Thoralf

Verein: SSV Erfurt 02  
Startnummer: 166

Strecke: 12,00 km  
Erfurter Waldlauf

Kategorie:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:00:20

Geschwindigkeit: 11,93 km/h  
Laufleistung: 5:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 73 (von 166)  
Strecken-Platzierung/Männer: 72 (von 161)  
Bestzeit der Strecke: 42:30

Kategorie-Platzierung: 8(von 21)  
Bestzeit in der Kategorie: 46:04