



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Detailauswertung

Held, Thoralf

Verein: Erfurt

Startnummer: 414

Strecke: 12,00 km

Erfurter Waldlauf

Kategorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 1:02:03

Geschwindigkeit: 11,60 km/h

Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 48 (von 118)

Strecken-Platzierung/Männer: 48 (von 118)

Bestzeit der Strecke: 45:29

Kategorie-Platzierung: 7(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 51:57