



## 9. Thüringer-Frauen-Lauf und 12. Erfurter Volkslauf

Erfurt / 05.09.2010

### Detailed evaluation

**Sahl, Birgit**

Club: Arnstadt

Number: 796

Course: 4.00 km

Schüler- und Jedermannlauf

Category:

Jedermann weiblich

Total time: 29:08

Speed: 8.24 km/h

Running performance: 7:17 min/km

Rank in course/Total: 18 (of 19)

Rank in course/Women: 4 (of 5)

Best time in course: 17:52

Rank in category: 2(of 3)

Best time in the category: 26:04