



1. Erfurter Waldlauf und 10. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.05.2013

Detailed evaluation

Manthee, Frank

Club: SV Glückauf Sondershausen

Number: 1173

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Total time: 51:35

Speed: 13.96 km/h

Running performance: 4:18 min/km

Rank in course/Total: 15 (of 99)

Rank in course/Men: 15 (of 98)

Best time in course: 41:36

Rank in category: 3(of 11)

Best time in the category: 50:21