



# 1. Erfurter Waldlauf und 10. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.05.2013

## Detailed evaluation

Ziezold, Nadine

Club: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz

Number: 1140

Course: 10.00 km

Thüringer Frauenlauf

Category:

Frauen (20-29 Jahre)

Total time: 55:47

Speed: 10.76 km/h

Running performance: 5:35 min/km

Rank in course/Total: 20 (of 59)

Rank in course/Women: 20 (of 59)

Best time in course: 43:02

Rank in category: 4(of 5)

Best time in the category: 52:31