



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

Detailed evaluation

Lindenlaub, Ralf

Club: Die flinken Gerataler
Number: 3720

Course: 12.00 km
Erfurter Waldlauf

Category:
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Total time: 56:02

Speed: 12.85 km/h
Running performance: 4:40 min/km

Rank in course/Total: 50 (of 166)

Rank in course/Men: 50 (of 161)

Best time in course: 42:30

Rank in category: 6(of 16)

Best time in the category: 47:19