



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

Detailed evaluation

Zscharnt, Holger

Club: DAV Inselberg  
Number: 3811

Course: 12.00 km  
Erfurter Waldlauf

Category:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Total time: 1:19:59

Speed: 9.00 km/h  
Running performance: 6:40 min/km

Rank in course/Total: 157 (of 166)

Rank in course/Men: 152 (of 161)

Best time in course: 42:30

Rank in category: 21(of 21)

Best time in the category: 46:04