



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Detailed evaluation

Krieghoff, Marcel

Club: Erfurt  
Number: 417

Course: 12.00 km  
Erfurter Waldlauf

Category:  
Senioren M30 (30-34 Jahre)

Total time: 45:29

Speed: 15.83 km/h  
Running performance: 3:47 min/km

Rank in course/Total: 1 (of 118)

Rank in course/Men: 1 (of 118)

Best time in course: 45:29

Rank in category: 1(of 8)

Best time in the category: 45:29