



4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

Detailed evaluation

Koch, Christian

Club: Herbsleben

Number: 431

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Männer (20-29 Jahre)

Total time: 53:26

Speed: 13.47 km/h

Running performance: 4:27 min/km

Rank in course/Total: 15 (of 118)

Rank in course/Men: 15 (of 118)

Best time in course: 45:29

Rank in category: 4(of 11)

Best time in the category: 48:14