



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Detailed evaluation

**Sahl, Andreas**

Club: Erfurt  
Number: 443

Course: 12.00 km  
Erfurter Waldlauf

Category:  
Senioren M50 (50-54 Jahre)

Total time: 1:02:05

Speed: 11.60 km/h  
Running performance: 5:10 min/km

Rank in course/Total: 49 (of 118)

Rank in course/Men: 49 (of 118)

Best time in course: 45:29

Rank in category: 10(of 21)

Best time in the category: 52:23