



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Detailed evaluation

**Freiberg, Rolf**

Club: Landshut

Number: 437

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

Total time: 1:06:50

Speed: 10.77 km/h

Running performance: 5:34 min/km

Rank in course/Total: 72 (of 118)

Rank in course/Men: 72 (of 118)

Best time in course: 45:29

Rank in category: 5(of 13)

Best time in the category: 58:17