



4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

Detailed evaluation

Simon, Holger

Club: Schmalkalden

Number: 149

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Total time: 1:07:27

Speed: 10.67 km/h

Running performance: 5:37 min/km

Rank in course/Total: 77 (of 118)

Rank in course/Men: 77 (of 118)

Best time in course: 45:29

Rank in category: 7(of 8)

Best time in the category: 45:29