



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Detailed evaluation

**Mittelstädt, Lutz**

Club: Weimar

Number: 107

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Total time: 1:10:51

Speed: 10.16 km/h

Running performance: 5:54 min/km

Rank in course/Total: 90 (of 118)

Rank in course/Men: 90 (of 118)

Best time in course: 45:29

Rank in category: 11(of 14)

Best time in the category: 51:57