



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Detailed evaluation

**Nessel, Torsten**

Club: sc impuls erfurt

Number: 119

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Total time: 1:13:07

Speed: 9.85 km/h

Running performance: 6:05 min/km

Rank in course/Total: 93 (of 118)

Rank in course/Men: 93 (of 118)

Best time in course: 45:29

Rank in category: 12(of 14)

Best time in the category: 51:57