



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Detailed evaluation

Lüder, Mirell

Club: Erfurt  
Number: 432

Course: 2.00 km  
Jedermannlauf

Category:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Total time: 13:07

Speed: 9.15 km/h  
Running performance: 6:34 min/km

Rank in course/Total: 13 (of 13)  
Rank in course/Women: 11 (of 11)  
Best time in course: 10:16

Rank in category: 4(of 4)  
Best time in the category: 11:29