



5.Erfurter Waldlauf und 17.Thüringer Frauenlauf  
Erfurt, Steigerwald / 11.06.2017

Detailed evaluation

KOCH, Dominik

Club: Rennsteiglaufverein LG Süd  
Number: 95

Course: 12.00 km  
Erfurter Waldlauf

Category:  
Senioren M40 (40-44 Jahre)

Total time: 46:24

Speed: 15.52 km/h  
Running performance: 3:52 min/km

Rank in course/Total: 4 (of 117)

Rank in course/Men: 4 (of 117)

Best time in course: 43:59

Rank in category: 1(of 10)

Best time in the category: 46:24