



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

Detailed evaluation

**KRÜGER, Lars**

Club: LAV Saale-Rennsteig  
Number: 100

Course: 12.00 km  
Erfurter Waldlauf

Category:  
Senioren M45 (45-49 Jahre)

Total time: 1:20:30

Speed: 8.94 km/h  
Running performance: 6:43 min/km

Rank in course/Total: 104 (of 117)

Rank in course/Men: 104 (of 117)

Best time in course: 43:59

Rank in category: 14(of 15)

Best time in the category: 49:02