



7. Erfurter Waldlauf und 19. Thüringer Frauenlauf
Erfurt, Steigerwald / 02.06.2019

Detailed evaluation

Trost, Stefan

Club: Weißensee

Number: 174

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Senioren M35 (35-39 Jahre)

Total time: 53:14

Speed: 13.53 km/h

Running performance: 4:26 min/km

Rank in course/Total: 8 (of 86)

Rank in course/Men: 8 (of 86)

Best time in course: 43:34

Rank in category: 4(of 10)

Best time in the category: 44:08