



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

Detailed evaluation

Nehrig, Jörg

Club: Eisenach

Number: 78

Course: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Category:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Total time: 57:43

Speed: 12.47 km/h

Running performance: 4:49 min/km

Rank in course/Total: 21 (of 86)

Rank in course/Men: 21 (of 86)

Best time in course: 43:34

Rank in category: 4(of 14)

Best time in the category: 51:56