



7. Erfurter Waldlauf und 19. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 02.06.2019

Detailed evaluation

Adams, Ralph

Total time: 1:00:27

Number: 215

Speed: 11.91 km/h

Running performance: 5:02 min/km

Course: 12.00 km

Rank in course/Total: 34 (of 86)

Erfurter Waldlauf

Rank in course/Men: 34 (of 86)

Best time in course: 43:34

Category:

Rank in category: 6(of 14)

Senioren M50 (50-54 Jahre)

Best time in the category: 51:56