



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

Detailed evaluation

**Nahr, Erika**

Club: Erfurt  
Number: 75

Course: 4.00 km  
Jedermannlauf

Category:  
Seniorinnen W55 (55-59 Jahre)

Total time: 27:08

Speed: 8.85 km/h  
Running performance: 6:47 min/km

Rank in course/Total: 13 (of 19)  
Rank in course/Women: 8 (of 13)  
Best time in course: 19:26

Rank in category: 1(of 1)  
Best time in the category: 27:08