



# 1. Erfurter Waldlauf und 10. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.05.2013

## evaluación detallada

**Ziezold, Nadine**

Asociación: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz  
Dorsal: 1140

recorrido: 10.00 km  
Thüringer Frauenlauf

categoría:  
Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 55:47

velocidad: 10.76 km/h  
rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 20 (de 59)  
posición en el recorrido/Women: 20 (de 59)  
mejor tiempo del recorrido: 43:02

posición en la categoría: 4(de 5)  
mejor tiempo en la categoría: 52:31