



# 1. Erfurter Waldlauf und 10. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.05.2013

## evaluación detallada

### Sonntag, Silke

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 1156

recorrido: 10.00 km

Thüringer Frauenlauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:17:06

velocidad: 7.78 km/h

rendimiento en carrera: 7:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 55 (de 59)

posición en el recorrido/Women: 55 (de 59)

mejor tiempo del recorrido: 43:02

posición en la categoría: 9(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 47:11