



# 1. Erfurter Waldlauf und 10. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.05.2013

## Exploitation détaillée

**Heinlein, Heiko**

Association: Salfeld

Dossard: 1095

Circuit: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:18:04

Vitesse: 9.22 km/h

Kilométrage: 6:31 min/km

Place par parcours/Total: 93 (de 99)

Place par parcours/Hommes: 92 (de 98)

Meilleur temps dans le parcours: 41:36

Place par catégorie: 11(de 11)

Meilleur temps dans la catégorie: 51:08