



# 1. Erfurter Waldlauf und 10. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.05.2013

## Exploitation détaillée

### Sonntag, Silke

Association: Arnstadt

Dossard: 1156

Circuit: 10.00 km

Thüringer Frauenlauf

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 1:17:06

Vitesse: 7.78 km/h

Kilométrage: 7:43 min/km

Place par parcours/Total: 55 (de 59)

Place par parcours/Femmes: 55 (de 59)

Meilleur temps dans le parcours: 43:02

Place par catégorie: 9(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 47:11