



### 3. Erfurter Waldlauf und 15. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 31.05.2015

#### Exploitation détaillée

**Pokahr, Viola**

Association: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz

Dossard: 3753

Circuit: 10.00 km

Thüringer Frauenlauf

Catégorie:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:13:42

Vitesse: 8.14 km/h

Kilométrage: 7:22 min/km

Place par parcours/Total: 106 (de 109)

Place par parcours/Femmes: 106 (de 109)

Meilleur temps dans le parcours: 43:45

Place par catégorie: 14(de 15)

Meilleur temps dans la catégorie: 45:13