



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

Erfurt, Steigerwald / 31.05.2015

#### Exploitation détaillée

**Dalbert, Frank**

Association: Chaosteam-RSL

Dossard: 3635

Circuit: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Catégorie:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

Temps total: 1:03:45

Vitesse: 11.29 km/h

Kilométrage: 5:19 min/km

Place par parcours/Total: 95 (de 166)

Place par parcours/Hommes: 94 (de 161)

Meilleur temps dans le parcours: 42:30

Place par catégorie: 13(de 21)

Meilleur temps dans la catégorie: 46:04