



## 4. Erfurter Waldlauf und 16. Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 05.06.2016

### Exploitation détaillée

**Rikirsch, Roland**

Association: Creuzburg

Dossard: 442

Circuit: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

Catégorie:

Senioren M70 (70-74 Jahre)

Temps total: 1:15:54

Vitesse: 9.49 km/h

Kilométrage: 6:19 min/km

Place par parcours/Total: 100 (de 118)

Place par parcours/Hommes: 100 (de 118)

Meilleur temps dans le parcours: 45:29

Place par catégorie: 3(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:04:55