



## 5.Erfurter Waldlauf und 17.Thüringer Frauenlauf

Erfurt, Steigerwald / 11.06.2017

### Exploitation détaillée

**POKAHR, Viola**

Association: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz  
Dossard: 180

Circuit: 10.00 km  
Thüringer Frauenlauf

Catégorie:  
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:22:02

Vitesse: 7.31 km/h  
Kilométrage: 8:12 min/km

Place par parcours/Total: 78 (de 78)  
Place par parcours/Femmes: 78 (de 78)

Meilleur temps dans le parcours: 40:05

Place par catégorie: 10(de 10)  
Meilleur temps dans la catégorie: 48:06