



2. Erfurter Waldlauf und 14. Thüringer Frauenlauf  
Erfurt, Steigerwald / 01.06.2014

□□□□

Helms, Dieter

□□: Unterpörlitz

□□: 1253

□□: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:01:09

□□: 11.77 km/h

□□□□: 5:06 min/km

□□□□□/□□□: 127 (of 146)

□□□□□/□: 123 (of 141)

□□□□□□: 38:26

□□□□□: 19(of 21)

□□□□□□□: 42:49