



3. Erfurter Waldlauf und 15. Thüringer Frauenlauf
Erfurt, Steigerwald / 31.05.2015

□□□□

Helms, Dieter

□□: Unterpörlitz

□□: 3833

□□: 12.00 km

Erfurter Waldlauf

□□□□:

Senioren M50 (50-54 Jahre)

□□□: 1:09:38

□□: 10.34 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 132 (of 166)

□□□□□/□: 129 (of 161)

□□□□□□: 42:30

□□□□□: 19(of 22)

□□□□□□□: 52:32