



# 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

## Detailauswertung

Zander, Iris

Verein: Warendorf

Startnummer: 757

Strecke: 10,00 km

Volkslauf

Kategorie:

Frauen W30

Gesamt-Zeit: 53:45

Geschwindigkeit: 11,16 km/h

Laufleistung: 5:23 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 109 (von 167)

Strecken-Platzierung/Frauen: 17 (von 40)

Bestzeit der Strecke: 40:24

Kategorie-Platzierung: 3(von 5)

Bestzeit in der Kategorie: 42:28