



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### Detailauswertung

Höft, Frieda

Verein: LG Ems Warendorf

Startnummer: 262

Strecke: 2,30 km

Schülerlauf

Kategorie:

weibliche Schüler D

Gesamt-Zeit: 11:53

Geschwindigkeit: 10,10 km/h

Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 77 (von 283)

Strecken-Platzierung/Frauen: 22 (von 146)

Bestzeit der Strecke: 9:24

Kategorie-Platzierung: 8(von 59)

Bestzeit in der Kategorie: 10:13