



Alteburglauf 2009  
Arnstadt / 30.04.2009

## evaluación detallada

**Esche, Sonja**

Asociación: LSV Lok Arnstadt  
Dorsal: 812

recorrido: 10.00 km  
Hauptlauf

categoría:  
Frauen W45

tiempo total: 52:23

velocidad: 11.45 km/h  
rendimiento en carrera: 5:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 84 (de 114)  
posición en el recorrido/Women: 14 (de 27)  
mejor tiempo del recorrido: 39:21

posición en la categoría: 4(de 9)  
mejor tiempo en la categoría: 49:11