



30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

evaluación detallada

Al Abdou, Nalyn

Asociación: Hauptschule Hinter den drei Brücken
Dorsal: 368

recorrido: 2.30 km

Schülerlauf

categoría:

weibliche Schüler C

tiempo total: 12:51

velocidad: 9.34 km/h

rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 116 (de 283)

posición en el recorrido/Women: 37 (de 146)

mejor tiempo del recorrido: 9:24

posición en la categoría: 11(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 9:24