



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### evaluación detallada

**Heitwerth, Mona**

Asociación: LG Ems/TuS Freckenhorst

Dorsal: 487

recorrido: 2.30 km

Schülerlauf

categoría:

weibliche Schüler B

tiempo total: 11:11

velocidad: 10.73 km/h

rendimiento en carrera: 4:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 56 (de 283)

posición en el recorrido/Women: 16 (de 146)

mejor tiempo del recorrido: 9:24

posición en la categoría: 5(de 38)

mejor tiempo en la categoría: 10:34