



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### evaluación detallada

**El Farah, Zhor**

Asociación: Beelen

Dorsal: 810

recorrido: 10.00 km

Volkslauf

categoría:

Frauen W35

tiempo total: 53:00

velocidad: 11.32 km/h

rendimiento en carrera: 5:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 95 (de 167)

posición en el recorrido/Women: 13 (de 40)

mejor tiempo del recorrido: 40:24

posición en la categoría: 4(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 48:17