



## 30. Warendorfer Emssee Jubiläums-Volkslauf

Warendorf / 05.09.2009

### evaluación detallada

**Spicker, Karin**

Asociación: Tri-Team Warendorf

Dorsal: 831

recorrido: 10.00 km

Volkslauf

categoría:

Frauen W45

tiempo total: 56:50

velocidad: 10.56 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 135 (de 167)

posición en el recorrido/Women: 24 (de 40)

mejor tiempo del recorrido: 40:24

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 50:49