



## 31. Warendorfer Emssee-Lauf

Warendorf / 04.09.2010

### evaluación detallada

#### Grambach, Adelheid-Fiffi

Asociación: LC Solbad Ravensberg

Dorsal: 1098

recorrido: 21.10 km

Halbmarathon

categoría:

Frauen W45

tiempo total: 1:35:32

velocidad: 13.25 km/h

rendimiento en carrera: 4:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 113)

posición en el recorrido/Women: 5 (de 23)

mejor tiempo del recorrido: 1:30:57

posición en la categoría: 2(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 1:30:57