



8. Lauf: \"Rund um Frauenwald\"  
Frauenwald / 10.08.2013

evaluación detallada

**Esche, Sonja**

Asociación: LSV Lok Arnstadt  
Dorsal: 11

recorrido: 14.60 km  
Hauptlauf

categoría:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:32:31

velocidad: 9.08 km/h  
rendimiento en carrera: 6:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 76 (de 90)  
posición en el recorrido/Women: 10 (de 15)  
mejor tiempo del recorrido: 1:02:40

posición en la categoría: 3(de 4)  
mejor tiempo en la categoría: 1:11:12