



## 10. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 18.08.2013

### evaluación detallada

**Koch, Heike**

Asociación: TSC Erfurt

Dorsal: 928

recorrido: 30.00 km

30 km Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 3:49:09

velocidad: 7.86 km/h

rendimiento en carrera: 7:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 26 (de 27)

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

mejor tiempo del recorrido: 2:36:53

posición en la categoría: 2(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 2:43:32