



Helbing King of Cross  
Mühlberg / 30.10.2016

## evaluación detallada

**Armster, Katrin**

Asociación: Crossfit Erfurt  
Dorsal: 277

recorrido: 9.60 km  
Sprint

categoría:  
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

tiempo total: 1:09:47

velocidad: 8.25 km/h  
rendimiento en carrera: 7:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 216 (de 550)  
posición en el recorrido/Women: 34 (de 174)  
mejor tiempo del recorrido: 53:53

posición en la categoría: 7(de 34)  
mejor tiempo en la categoría: 1:01:43