



Helbing King of Cross  
Mühlberg / 30.10.2016

## evaluación detallada

**Frank, Ramona**

Asociación: V&M Herrgesell Laufteam  
Dorsal: 32

recorrido: 9.60 km  
Sprint

categoría:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:24:10

velocidad: 6.84 km/h  
rendimiento en carrera: 8:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 410 (de 550)  
posición en el recorrido/Women: 99 (de 174)  
mejor tiempo del recorrido: 53:53

posición en la categoría: 14(de 20)  
mejor tiempo en la categoría: 1:02:43