



## 8. Thüringer Frauen-Lauf und 11. Erfurter Volkslauf Erfurt / 30.08.2009

### Exploitation détaillée

**John, Heike**

Association: USV Erfurt

Dossard: 219

Circuit: 12.00 km

Frauenlauf

Catégorie:

Frauen W35

Temps total: 59:40

Vitesse: 12.07 km/h

Kilométrage: 4:58 min/km

Place par parcours/Total: 19 (de 62)

Place par parcours/Femmes: 19 (de 62)

Meilleur temps dans le parcours: 47:48

Place par catégorie: 4(de 7)

Meilleur temps dans la catégorie: 50:08