



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

Exploitation détaillée

Dämning, Heike

Association: VfB Elleben  
Dossard: 190

Circuit: 12.00 km  
Frauenlauf

Catégorie:  
Frauen W40

Temps total: 1:11:27

Vitesse: 10.08 km/h  
Kilométrage: 5:57 min/km

Place par parcours/Total: 51 (de 62)  
Place par parcours/Femmes: 51 (de 62)  
Meilleur temps dans le parcours: 47:48  
Place par catégorie: 12(de 15)  
Meilleur temps dans la catégorie: 51:12