



### 3. Schlaubetal-Marathon Eisenhüttenstadt / 17.10.2009

#### Exploitation détaillée

Helsinghoff, Karin

Association: Glamsbjerg motion  
Dossard: 367

Circuit: 21.10 km  
Cross-Halbmarathon

Catégorie:  
Frauen W40

Temps total: 2:09:06

Vitesse: 9.76 km/h  
Kilométrage: 6:07 min/km

Place par parcours/Total: 91 (de 133)  
Place par parcours/Femmes: 10 (de 34)  
Meilleur temps dans le parcours: 1:46:34  
Place par catégorie: 2(de 7)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:47:03

#### Temps intermédiaires

#### Résultats d'étape

#### Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Tour 1	10.40	1:03:10	6:04	3	8:35	10	8:36	10.40	1:03:10	6:04	6	8:35	27	8:35
Dernier temps A	10.70	1:05:56	6:09	2	13:28	11	13:56	21.10	2:09:06	6:07	2	22:03	10	22:32