



Winterlaufserie des ELV 2013
Creuzburg / 27.01.2013

Exploitation détaillée

Helmis, Ilka

Association: Bad Frankenhausen
Dossard: 609

Circuit: 5.50 km

1. Lauf Kurzdistanz

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 30:12

Vitesse: 9.93 km/h

Kilométrage: 5:29 min/km

Place par parcours/Total: 13 (de 28)

Place par parcours/Femmes: 2 (de 7)

Meilleur temps dans le parcours: 27:39

Place par catégorie: 1(de 1)

Meilleur temps dans la catégorie: 30:12