



7. Karlsternlauf  
Mannheim / 16.06.2013

Exploitation détaillée

**Roland, Frauke**

Association: Mannheim  
Dossard: 1119

Circuit: 12.00 km  
12 km Run

Catégorie:  
Seniorinnen W30 (30-34 Jahre)

Temps total: 1:06:49

Vitesse: 10.78 km/h  
Kilométrage: 5:34 min/km

Place par parcours/Total: 109 (de 169)

Place par parcours/Femmes: 14 (de 38)

Meilleur temps dans le parcours: 53:05

Place par catégorie: 5(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 53:05