



Helbing King of Cross  
Mühlberg / 30.10.2016

## Exploitation détaillée

**Frank, Ramona**

Association: V&M Herrgesell Laufteam  
Dossard: 32

Circuit: 9.60 km  
Sprint

Catégorie:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

**Temps total: 1:24:10**

Vitesse: 6.84 km/h  
Kilométrage: 8:46 min/km

Place par parcours/Total: 410 (de 550)  
Place par parcours/Femmes: 99 (de 174)  
Meilleur temps dans le parcours: 53:53  
Place par catégorie: 14(de 20)  
Meilleur temps dans la catégorie: 1:02:43