



Helbing King of Cross  
Mühlberg / 30.10.2016

## Exploitation détaillée

### Seifert, Manuela

Association: Gutenberg Gymnasium Erfurt  
Dossard: 238

Circuit: 9.60 km  
Sprint

Catégorie:  
Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

Temps total: 1:39:21

Vitesse: 5.80 km/h  
Kilométrage: 10:21 min/km

Place par parcours/Total: 533 (de 550)  
Place par parcours/Femmes: 164 (de 174)

Meilleur temps dans le parcours: 53:53

Place par catégorie: 4(de 4)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:04:51