



8. Thüringer Frauen-Lauf und 11. Erfurter Volkslauf  
Erfurt / 30.08.2009

□□□□

Dämning, Heike

□□: VfB Elleben

□□: 190

□□: 12.00 km

Frauenlauf

□□□□:

Frauen W40

□□□: 1:11:27

□□: 10.08 km/h

□□□□: 5:57 min/km

□□□□□/□□□: 51 (of 62)

□□□□□/□: 51 (of 62)

□□□□□□: 47:48

□□□□□: 12(of 15)

□□□□□□□: 51:12