



3. Thüringen ULTRA
Fröttstädt / 04.07.2009

evaluación detallada

Bernhöft, Claudia

Asociación: Wendelstein
Dorsal: 53

recorrido: 100.00 km
Thüringen Ultra

categoría:
Frauen W40

tiempo total: 12:40:41

velocidad: 7.89 km/h
rendimiento en carrera: 7:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 86 (de 187)
posición en el recorrido/Women: 5 (de 24)
mejor tiempo del recorrido: 10:20:30

posición en la categoría: 3(de 7)
mejor tiempo en la categoría: 10:20:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Ruhlaer Skihütte	23.96	2:33:48	6:25	2	5:49	3	5:49	23.96	2:33:48	6:25	3	5:49	21	
Floh-Seligenthal	26.92	3:01:49	6:45	3	23:09	6	23:09	50.88	5:35:37	6:35	3	28:58	21	
Finsterbergen	24.12	3:16:11	8:08	3	43:36	6	43:36	75.00	8:51:48	7:05	3	1:12:34	20	
Fröttstädt	24.83	3:48:53	9:13	5	1:07:37	15	1:07:37	100.00	12:40:41	7:36	3	2:20:11	5	2:20:11