



4. Merkerser Kristallmarathon

Merkers / 28.02.2010

evaluación detallada

Esche, Sonja

Asociación: LSV Lok Arnstadt

Dorsal: 190

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Frauen W45

tiempo total: 51:30

velocidad: 10.49 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 96 (de 150)

posición en el recorrido/Women: 6 (de 22)

mejor tiempo del recorrido: 40:02

posición en la categoría: 2(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 46:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score					
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Women	retraso Women
vuelta 1	3.25	16:23	5:02	2	1:51	5	4:00	3.25	16:23	5:02	2	1:51	18
vuelta 2	3.25	17:46	5:28	2	1:48	7	4:08	6.50	34:09	5:15	2	3:39	18
última vuelta me	3.25	17:21	5:20	2	0:53	7	3:20	9.75	51:30	5:16	2	4:32	6 11:28