



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## evaluación detallada

**Puts-Warnecke, Nicolle**

Asociación: Wernigerode

Dorsal: 491

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Frauen W45

tiempo total: 57:19

velocidad: 10.47 km/h

rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 95 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 25 (de 50)

mejor tiempo del recorrido: 36:31

posición en la categoría: 4(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 48:56

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoria	Women	categoria	Women				categoria	Women	categoria	Women
Ilsestein	4.10	29:15	7:08	3	2:20	24	11:34	4.10	29:15	7:08	3	2:20	14	
vuelta 1	1.60	8:55	5:34	5	0:38	30	3:19	5.70	38:10	6:41	3	2:10	14	
última vuelta me	4.30	19:09	4:27	1	-	17	5:55	10.00	57:19	5:43	4	8:23	25	20:48