



40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

evaluación detallada

Hildebrandt, Irina

Asociación: Rot-Weiß Abbenrode

Dorsal: 466

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Frauen W40

tiempo total: 59:02

velocidad: 10.16 km/h

rendimiento en carrera: 5:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 101 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 29 (de 50)

mejor tiempo del recorrido: 36:31

posición en la categoría: 6(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 44:51

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Women	posición categoría	posición Women	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Women		
Ilsestein	4.10	29:28	7:11	6	7:21	27	11:47	4.10	29:28	7:11	6	7:21	5	
vuelta 1	1.60	9:17	5:48	8	2:45	41	3:41	5.70	38:45	6:47	6	10:06	5	
última vuelta me	4.30	20:17	4:43	7	4:05	29	7:03	10.00	59:02	5:54	6	14:11	29	22:31