



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## evaluación detallada

**Hellberg, Heike**

Asociación: Bad Lauterberg

Dorsal: 463

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Frauen W40

tiempo total: 1:08:36

velocidad: 8.75 km/h

rendimiento en carrera: 6:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 132 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 48 (de 50)

mejor tiempo del recorrido: 36:31

posición en la categoría: 11(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 categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women
Ilsestein	4.10	34:13	8:20	11	12:06	47	16:32	4.10	34:13	8:20	11	12:06	23	3:13
vuelta 1	1.60	10:42	6:41	13	4:10	49	5:06	5.70	44:55	7:52	11	16:16	23	5:10
última vuelta me	4.30	23:41	5:30	12	7:29	47	10:27	10.00	1:08:36	6:51	11	23:45	48	32:05