



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## evaluación detallada

**Albrecht, Frauke**

Asociación: NSV Wernigerode

Dorsal: 450

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Frauen W40

tiempo total: 44:51

velocidad: 13.38 km/h

rendimiento en carrera: 4:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 4 (de 50)

mejor tiempo del recorrido: 36:31

posición en la categoría: 1(de 13)

mejor tiempo en la categoría: 44:51

## 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
Ilsestein	4.10	22:07	5:23	1	-	5	4:26	4.10	22:07	5:23	1	-	29
vuelta 1	1.60	6:32	4:04	1	-	3	0:56	5.70	28:39	5:01	1	-	29
última vuelta me	4.30	16:12	3:46	1	-	4	2:58	10.00	44:51	4:29	1	-	4 8:20