



# 40. Brockenlauf 2010

Ilseburg / 04.09.2010

## evaluación detallada

**Hertel, Grit**

Asociación: VS Eisenhüttenstadt

Dorsal: 465

recorrido: 10.00 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Frauen W45

tiempo total: 56:26

velocidad: 10.63 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 84 (de 135)

posición en el recorrido/Women: 20 (de 50)

mejor tiempo del recorrido: 36:31

posición en la categoría: 3(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 48:56

## tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score          |                   |                  |                   | Total score |                 |                 |                       |                  |                   |       |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|-------------------|------------------|-------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|------------------|-------------------|-------|
|                  |             |                 |                        | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women | posición<br>Women | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Women | posición<br>Women |       |
| Ilsestein        | 4.10        | 28:11           | 6:52                   | 2                    | 1:16              | 21               | 10:30             | 4.10        | 28:11           | 6:52            | 2                     | 1:16             | 45                |       |
| vuelta 1         | 1.60        | 8:37            | 5:23                   | 2                    | 0:20              | 22               | 3:01              | 5.70        | 36:48           | 6:27            | 2                     | 0:48             | 45                |       |
| última vuelta me | 4.30        | 19:38           | 4:33                   | 3                    | 0:29              | 24               | 6:24              | 10.00       | 56:26           | 5:38            | 3                     | 7:30             | 20                | 19:55 |