



4. Schlaubetal-Marathon
Eisenhüttenstadt / 23.10.2010

evaluación detallada

Nauck, Heike

Asociación: BSG Stahl Eisenhüttenstadt
Dorsal: 1306

recorrido: 21.10 km
Halbmarathon Nordic-Walking

categoría:
Nordic-Walking Frauen

tiempo total: 3:02:40

velocidad: 6.90 km/h
rendimiento en carrera: 8:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 9)
posición en el recorrido/Women: 3 (de 7)
mejor tiempo del recorrido: 2:49:01

posición en la categoría: 3(de 7)
mejor tiempo en la categoría: 2:49:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score		Total score								
				posición categoría	retraso categoría	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women		
vuelta 1	10.60	1:32:14	8:42	3	8:18	3	8:18	10.60	1:32:14	8:42	3	8:18	3	8:18
última vuelta me	10.50	1:30:26	8:36	3	5:21	3	5:21	21.10	3:02:40	8:39	3	13:39	3	13:39