



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

evaluación detallada

Jaschky-Sterzenbach, Iris

Asociación: ASV St. Augustin

Dorsal: 611

recorrido: 101.00 km

101 km Lauf

categoría:

Frauen W50

tiempo total: 13:17:16

velocidad: 7.60 km/h

rendimiento en carrera: 7:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 53 (de 59)

posición en el recorrido/Women: 6 (de 7)

mejor tiempo del recorrido: 11:19:33

posición en la categoría: 3(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 11:19:33

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	retraso Women
Nasse Wiese	19.50	2:21:38	7:15	2	11:09	5	11:28	19.50	2:21:38	7:15	3	11:09	6	11:09
Kühude	20.50	2:26:05	7:07	2	9:40	4	9:40	40.00	4:47:43	7:11	3	20:49	6	20:49
Rhein-Weser-Tur	17.00	2:04:21	7:18	2	5:42	3	5:42	57.00	6:52:04	7:13	3	26:31	6	26:31
Kühude	17.00	2:24:54	8:31	3	33:23	6	33:23	74.00	9:16:58	7:31	3	59:54	6	59:54
Nasse Wiese	20.50	3:11:25	9:20	3	43:45	6	43:45	94.50	12:28:23	7:55	3	1:43:39	6	1:43:39
meta	6.50	48:53	7:31	3	14:04	7	14:04	101.00	13:17:16	7:53	3	1:57:43	6	1:57:43