



8. Werraenergie Pleßlauf

Breitungen / 21.08.2011

evaluación detallada

Bierau, Astrid

Asociación: Pummpälz

Dorsal: 529

recorrido: 21.10 km

21 km Nordic Walking

categoría:

Nordic Walking Frauen

tiempo total: 3:13:57

velocidad: 6.53 km/h

rendimiento en carrera: 9:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 9)

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

mejor tiempo del recorrido: 3:03:48

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 3:03:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Women	Women				km	tiempo	min/km	categoría
Pleß	13.00	2:05:04	9:37	4	9:23	4	9:23	13.00	2:05:04	9:37	4	9:23	4	9:23
Festplatz	8.10	1:08:53	8:30	4	0:46	4	0:46	21.10	3:13:57	9:11	4	10:09	4	10:09