



# 41. Brockenlauf, 21. Ilsesteinlauf

Ilsenburg / 03.09.2011

## evaluación detallada

**Hildebrandt, Irina**

Asociación: Musikexpress Abbenrode

Dorsal: 694

recorrido: 9.60 km

Ilsesteinlauf

categoría:

Frauen W40

tiempo total: 1:00:59

velocidad: 8.85 km/h

rendimiento en carrera: 6:21 min/km

posición en el recorrido/Total: 120 (de 149)

posición en el recorrido/Women: 25 (de 42)

mejor tiempo del recorrido: 41:50

posición en la categoría: 5(de 7)

mejor tiempo en la categoría: 49:35

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control         | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                      |                   | Total score      |             |                 |                 |                       |                      |                   |                  |
|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|
|                 |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women |
| Ilsestein       | 4.10        | 30:51           | 7:31            | 4                     | 5:28                 | 25                | 11:06            | 4.10        | 30:51           | 7:31            | 5                     | 5:28                 | 5                 |                  |
| Loddenke        | 2.20        | 12:29           | 5:40            | 6                     | 2:41                 | 30                | 3:59             | 6.30        | 43:20           | 6:52            | 5                     | 8:09                 | 5                 |                  |
| Ilsenburg/Markt | 3.30        | 17:39           | 5:20            | 5                     | 3:15                 | 25                | 4:47             | 9.60        | 1:00:59         | 6:21            | 5                     | 11:24                | 25                | 19:09            |