



Bödefelder Hollenlauf/ -Marsch

Bödefeld / 19.05.2012

evaluación detallada

Frühauf, Sylvia

Asociación: Osnabrück

Dorsal: 1809

recorrido: 67.00 km

67 km Lauf

categoría:

Seniorinnen W45

tiempo total: 8:59:35

velocidad: 7.45 km/h

rendimiento en carrera: 8:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 102 (de 118)

posición en el recorrido/Women: 18 (de 23)

mejor tiempo del recorrido: 5:47:05

posición en la categoría: 4(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 6:22:04

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	2:37:13	8:03	4	44:32	21	52:33	19.50	2:37:13	8:03	4	44:32	7	13:47
Kühude	20.50	2:41:34	7:52	4	48:22	18	55:52	40.00	5:18:47	7:58	4	1:32:54	7	30:00
Nasse Wiese	20.50	2:53:09	8:26	4	49:19	17	1:04:51	60.50	8:11:56	8:07	4	2:22:13	7	39:55
meta	6.50	47:39	7:19	4	15:18	18	19:14	67.00	8:59:35	8:03	4	2:37:31	18	3:12:30