



35. Alteburglauf  
Arnstadt / 03.05.2013

evaluación detallada

Romming, Nicole

Asociación: Fitness Oase  
Dorsal: 295

recorrido: 10.00 km  
Hauptlauf

categoría:  
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 48:27

velocidad: 12.38 km/h  
rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 60 (de 114)  
posición en el recorrido/Women: 5 (de 19)  
mejor tiempo del recorrido: 41:01

posición en la categoría: 1(de 4)  
mejor tiempo en la categoría: 48:27

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
vuelta 1	2.30	10:12	4:26	1	-	5	1:43	2.30	10:12	4:26	1	-	16
vuelta 2	3.80	19:45	5:11	1	-	6	3:11	6.10	29:57	4:54	1	-	16
última vuelta Zie	3.90	18:30	4:44	1	-	8	2:32	10.00	48:27	4:50	1	-	5 7:26