



9. Nordhäuser Citylauf

Nordhausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Urban, Heike

Asociación: VfL 28 Ellrich

Dorsal: 217

recorrido: 6.60 km

2 Runden 6,6 km

categoría:

Seniorinnen W45

tiempo total: 35:25

velocidad: 10.16 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 32 (de 44)

posición en el recorrido/Women: 3 (de 8)

mejor tiempo del recorrido: 34:20

posición en la categoría: 2(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 34:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	posición Women	retraso Women	posición Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women	posición Women	retraso Women
Rundenzeit	3.30	17:06	5:10	2	0:29	2	0:29	3.30	17:06	5:10	2		5	
meta	3.30	18:19	5:33	2	0:08	4	0:39	6.60	35:25	5:21	2	0:37	3	1:05