



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Stanienda, Bianca

Asociación: SVE Hiddestorf
Dorsal: 598

recorrido: 20.80 km
Halbmarathon

categoría:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:43:35

velocidad: 11.58 km/h
rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 21 (de 110)
posición en el recorrido/Women: 3 (de 18)
mejor tiempo del recorrido: 1:37:09

posición en la categoría: 1(de 5)
mejor tiempo en la categoría: 1:43:35

tiempos parciales				stage score				Total score						
control	etapa km	etapa tiempo	etapa velocidad min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total velocidad min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
vuelta 1	3.30	15:04	4:33	1	-	2	0:43	3.30	15:04	4:33	2	-	2	16
vuelta 2	1.70	8:57	5:15	1	-	3	0:43	5.00	24:01	4:48	2	-	3	16
vuelta 3	2.10	8:01	3:49	1	-	2	0:23	7.10	32:02	4:30	2	-	2	15
vuelta 4	4.95	25:01	5:03	1	-	3	1:44	12.05	57:03	4:44	4	-	3	17
vuelta 5	3.65	16:41	4:34	1	-	3	1:08	15.70	1:13:44	4:41	2	-	3	15
vuelta 6	1.40	5:57	4:15	1	-	4	2:38	17.10	1:19:41	4:39	2	-	4	16
última vuelta me	3.70	23:54	6:27	4	4:29	9	4:29	20.80	1:43:35	4:58	1	-	3	6:26