



10. Deisterberglauf
Barsinghausen / 15.09.2013

evaluación detallada

Opolka, Helga

Asociación: ./.

Dorsal: 29

recorrido: 5.00 km

5 km-Lauf

categoría:

Seniorinnen W70 (70-74 Jahre)

tiempo total: 34:45

velocidad: 8.63 km/h

rendimiento en carrera: 6:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 46 (de 53)

posición en el recorrido/Women: 22 (de 28)

mejor tiempo del recorrido: 21:30

posición en la categoría: 1(de 1)

mejor tiempo en la categoría: 34:45

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score		Total score								
				posición categoría	retraso categoría	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women		
vuelta 1	3.30	24:22	7:23	1	-	22	9:08	3.30	24:22	7:23	1	-	8	3:38
última vuelta me	1.70	10:23	6:06	1	-	21	4:07	5.00	34:45	6:57	1	-	22	13:15