



7. Schlaubetal-Marathon
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

evaluación detallada

Lau, Ina

Asociación: LT Nordkreuz Berlin
Dorsal: 676

recorrido: 43.00 km
Cross-Marathon

categoría:
Seniorinnen W35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 4:06:25

velocidad: 10.47 km/h
rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 51 (de 105)
posición en el recorrido/Women: 9 (de 23)
mejor tiempo del recorrido: 3:37:16

posición en la categoría: 2(de 4)
mejor tiempo en la categoría: 3:45:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa				Total		Total		Total		Total	
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso
			Wome	Women	Wome	Women					Wome	Women	Wome	Women
vuelta 1	11.60	1:03:23	5:27	2	4:57	12	15:29	11.60	1:03:23	5:27	2	4:57	12	15:29
vuelta 2	19.00	1:44:01	5:28	2	6:26	7	8:01	30.60	2:47:24	5:28	2	11:23	16	8:01
vuelta 3	1.70	17:26	10:15	2	0:47	8	2:36	32.30	3:04:50	5:43	2	12:10	16	2:36
última vuelta me	10.70	1:01:35	5:45	2	9:04	12	13:27	43.00	4:06:25	5:43	2	21:14	9	29:09