



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Föhr, Tanja

Asociación: Innovation
Dorsal: 346

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 59:43

velocidad: 9.75 km/h
rendimiento en carrera: 6:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 46 (de 51)
posición en el recorrido/Women: 10 (de 12)
mejor tiempo del recorrido: 40:59

posición en la categoría: 4(de 4)
mejor tiempo en la categoría: 47:36

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	
vuelta 1	3.30	21:08	6:24	4	4:10	10	6:23	3.30	21:08	6:24	4	4:10	10	6:23
vuelta 2	1.70	12:44	7:29	4	3:03	10	4:42	5.00	33:52	6:46	4	7:13	10	11:05
vuelta 3	2.10	11:10	5:19	4	2:18	11	3:41	7.10	45:02	6:20	4	9:31	10	14:31
última vuelta me	2.60	14:41	5:38	4	2:36	10	4:16	9.70	59:43	6:09	4	12:07	10	18:44