



11. Deisterberglauf

Barsinghausen / 28.09.2014

evaluación detallada

Schwindt, Elana

Asociación: Diakonie
Dorsal: 331

recorrido: 9.70 km
10 km-Lauf

categoría:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 53:54

velocidad: 10.02 km/h
rendimiento en carrera: 5:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 35 (de 51)
posición en el recorrido/Women: 8 (de 12)
mejor tiempo del recorrido: 40:59

posición en la categoría: 3(de 4)
mejor tiempo en la categoría: 50:00

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	
vuelta 1	3.30	19:46	5:59	3	1:24	9	5:01	3.30	19:46	5:59	3	1:14	8	5:01
vuelta 2	1.70	11:48	6:56	3	1:58	8	3:46	5.00	31:34	6:18	3	3:12	8	8:47
vuelta 3	2.10	9:34	4:33	1	-	6	2:05	7.10	41:08	5:47	3	3:10	8	10:37
última vuelta me	2.60	12:46	4:54	2	0:44	7	2:21	9.70	53:54	5:33	3	3:54	8	12:55