



8. Schlaubetal Marathon
Eisenhüttenstadt / 18.10.2014

evaluación detallada

Nauck, Heike

Asociación: BSG Stahl Eisenhüttenstadt
Dorsal: 688

recorrido: 43.00 km
Cross-Marathon

categoría:
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 4:33:55

velocidad: 9.42 km/h
rendimiento en carrera: 6:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 77 (de 117)
posición en el recorrido/Women: 19 (de 35)
mejor tiempo del recorrido: 3:34:11

posición en la categoría: 7(de 11)
mejor tiempo en la categoría: 3:43:24

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa		etapa		etapa		Total		Total		Total	
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso
				categoria	categoria	Women	Women				categoria	categoria	Women	Women
vuelta 1	11.60	1:07:14	5:47	7	9:00	17	12:37	11.60	1:07:14	5:47	7	7:11	2	
vuelta 2	9.90	1:03:30	6:24	7	10:29	18	11:36	21.50	2:10:44	6:04	7	15:55	3	
vuelta 3	11.10	1:17:29	6:58	8	18:03	21	19:48	32.60	3:28:13	6:23	7	33:52	3	
última vuelta Zie	10.40	1:05:42	6:19	7	16:39	17	16:39	43.00	4:33:55	6:22	7	50:31	19	59:44