



11. Kristall-Marathon

Merkers / 12.02.2017

evaluación detallada

HEIDECKER, Sabine

Asociación: DJK Teutonia Gaustadt

Dorsal: 450

recorrido: 9.75 km

10 km Lauf

categoría:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 55:31

velocidad: 10.54 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 60 (de 166)

posición en el recorrido/Women: 15 (de 72)

mejor tiempo del recorrido: 42:41

posición en la categoría: 4(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 49:00

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 categoría | retraso Women | retraso Women |
| vuelta 1 | 3.25 | 17:47 | 5:28 | 4 | 1:30 | 14 | 4:10 | 3.25 | 17:47 | 5:28 | 4 | 1:30 | 14 | 4:10 |
| vuelta 2 | 3.25 | 18:54 | 5:48 | 4 | 2:20 | 16 | 4:24 | 6.50 | 36:41 | 5:38 | 4 | 3:50 | 15 | 8:34 |
| última vuelta me | 3.25 | 18:50 | 5:47 | 4 | 2:41 | 15 | 4:16 | 9.75 | 55:31 | 5:41 | 4 | 6:31 | 15 | 12:50 |