



# DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

## evaluación detallada

**Lampe, Sabrina**

Asociación: TSV Lelm

Dorsal: 330

recorrido: 11.70 km

Deutsche Berglaufmeisterschaft

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:28:19

velocidad: 7.47 km/h

rendimiento en carrera: 7:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 277 (de 346)

posición en el recorrido/Women: 69 (de 107)

mejor tiempo del recorrido: 58:28

posición en la categoría: 10(de 11)

mejor tiempo en la categoría: 1:04:40

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score          |                      |                  |                  | Total score |                 |                 |                      |                      |                  |                  |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------------|------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|----------------------|----------------------|------------------|------------------|
|                  |             |                 |                        | retraso<br>categoría | retraso<br>categoría | posició<br>Women | retraso<br>Women | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posició<br>categoría | retraso<br>categoría | posició<br>Women | retraso<br>Women |
| vuelta 1         | 3.00        | 16:05           | 5:21                   | 7                    | 3:45                 | 57               | 3:46             | 3.00        | 16:05           | 5:21            | 7                    | 3:45                 | 57               | 3:46             |
| vuelta 2         | 1.00        | 6:28            | 6:28                   | 7                    | 1:17                 | 53               | 1:40             | 4.00        | 22:33           | 5:38            | 7                    | 4:53                 | 58               | 5:26             |
| vuelta 3         | 1.00        | 6:49            | 6:48                   | 8                    | 1:28                 | 60               | 2:00             | 5.00        | 29:22           | 5:52            | 8                    | 6:12                 | 58               | 7:26             |
| vuelta 4         | 1.00        | 8:07            | 8:07                   | 9                    | 2:06                 | 67               | 2:43             | 6.00        | 37:29           | 6:14            | 8                    | 7:49                 | 60               | 10:07            |
| última vuelta He | 2.60        | 20:40           | 7:56                   | 9                    | 5:52                 | 74               | 7:29             | 8.60        | 58:09           | 6:45            | 9                    | 13:24                | 66               | 17:36            |
| vor der Schiene  | 2.63        | 26:05           | 9:55                   | 10                   | 8:50                 | 77               | 10:38            | 11.23       | 1:24:14         | 7:30            | 9                    | 22:14                | 67               | 28:14            |
| nach der Schiene | 0.02        | fehlt!          | -                      | -                    | -                    | -                | -                | 11.25       | -               | -               | -                    | -                    | -                | -                |
| Brocken          | 0.45        | 4:05            | 9:04                   | 10                   | 1:25                 | 83               | 1:37             | 11.70       | 1:28:19         | 7:32            | 10                   | 23:39                | 70               | 1:28:19          |