



# 3Türmelauf

Bad Langensalza / 14.04.2019

## evaluación detallada

**Puderbach, Heidrun**

Asociación: Bad Langensalza

Dorsal: 1035

recorrido: 5.00 km

5 km - Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 29:50

velocidad: 10.06 km/h

rendimiento en carrera: 5:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 145 (de 238)

posición en el recorrido/Women: 48 (de 108)

mejor tiempo del recorrido: 21:46

posición en la categoría: 8(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 22:40

### 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	4.55	27:56	6:08	8	6:59	48	18:42	4.55	27:56	6:08	8	6:59	48	18:42
última vuelta Zie	0.45	1:54	4:13	3	0:11	19	0:22	5.00	29:50	5:58	8	7:10	48	8:04