



1. Werratalmarathon, M, 4-er Staffel, HM

Treffurt / 07.04.2019

evaluación detallada

Rudel, Daniela

Asociación: Lauffeuer Fröttstädt

Dorsal: 145

recorrido: 42.20 km

Marathon

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 3:51:48

velocidad: 10.87 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 75)

posición en el recorrido/Women: 4 (de 8)

mejor tiempo del recorrido: 3:28:42

posición en la categoría: 1(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 3:51:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Ifta	11.90	1:01:40	5:10	1	-	4	5:00	11.90	1:01:40	5:10	1	-	4	5:00
Buchenau	11.70	1:04:15	5:29	1	-	4	7:36	23.60	2:05:55	5:20	1	-	4	12:36
Frankenroda	9.40	53:19	5:40	1	-	4	6:53	33.00	2:59:14	5:25	1	-	4	17:13
Uferstraße in Tre	9.20	52:34	5:42	1	-	4	8:12	42.20	3:51:48	5:29	1	-	4	23:06