



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (3. Lauf)

Arnstadt / 20.03.2024

evaluación detallada

Nicole Wysocki

Asociación: Laufladen Erfurt OCR Team

Dorsal: 30

recorrido: 0.35 km/vuelta

Halbstundenlauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-44) H

tiempo total: 29:24

velocidad: 10.20 km/h

rendimiento en carrera: 5:35 min/km

Laps: 15 (5.25 km)

posición en el recorrido/Women: 5 (de 13)

posición en la categoría: 2(de 3)

| control | tiempos parciales | | | | | | | | stage score | | | | | | | | Total score | | | |
|-----------|-------------------|--------------|--------------|--------------------------|-------------------------|----------------------|---------------------|----------|--------------|--------------|--------------------------|-------------------------|----------------------|---------------------|--|--|-------------|--|--|--|
| | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | etapa posición categoría | etapa retraso categoría | etapa posición Women | etapa retraso Women | Total km | Total tiempo | Total min/km | Total posición categoría | Total retraso categoría | Total posición Women | Total retraso Women | | | | | | |
| vuelta 1 | 0.35 | 1:56 | 5:31 | 2 | 0:32 | 5 | 0:32 | 0.35 | 1:56 | 5:31 | 2 | 0:32 | 5 | 0:32 | | | | | | |
| vuelta 2 | 0.35 | 1:51 | 5:17 | 2 | 0:27 | 5 | 0:27 | 0.70 | 3:47 | 5:24 | 2 | 0:59 | 5 | 0:59 | | | | | | |
| vuelta 3 | 0.35 | 1:52 | 5:20 | 2 | 0:27 | 5 | 0:27 | 1.05 | 5:39 | 5:22 | 2 | 1:26 | 5 | 1:26 | | | | | | |
| vuelta 4 | 0.35 | 1:56 | 5:31 | 2 | 0:27 | 5 | 0:27 | 1.40 | 7:35 | 5:25 | 2 | 1:53 | 5 | 1:53 | | | | | | |
| vuelta 5 | 0.35 | 1:55 | 5:28 | 2 | 0:24 | 5 | 0:24 | 1.75 | 9:30 | 5:25 | 2 | 2:17 | 5 | 2:17 | | | | | | |
| vuelta 6 | 0.35 | 1:56 | 5:31 | 2 | 0:24 | 5 | 0:24 | 2.10 | 11:26 | 5:26 | 2 | 2:41 | 5 | 2:41 | | | | | | |
| vuelta 7 | 0.35 | 1:57 | 5:34 | 2 | 0:25 | 5 | 0:25 | 2.45 | 13:23 | 5:27 | 2 | 3:06 | 5 | 3:06 | | | | | | |
| vuelta 8 | 0.35 | 1:58 | 5:37 | 2 | 0:26 | 5 | 0:26 | 2.80 | 15:21 | 5:28 | 2 | 3:32 | 5 | 3:32 | | | | | | |
| vuelta 9 | 0.35 | 2:00 | 5:42 | 2 | 0:28 | 5 | 0:28 | 3.15 | 17:21 | 5:30 | 2 | 4:00 | 5 | 4:00 | | | | | | |
| vuelta 10 | 0.35 | 2:01 | 5:45 | 2 | 0:28 | 5 | 0:28 | 3.50 | 19:22 | 5:31 | 2 | 4:28 | 5 | 4:28 | | | | | | |
| vuelta 11 | 0.35 | 2:01 | 5:45 | 2 | 0:26 | 5 | 0:26 | 3.85 | 21:23 | 5:33 | 2 | 4:54 | 5 | 4:54 | | | | | | |
| vuelta 12 | 0.35 | 2:01 | 5:45 | 2 | 0:29 | 5 | 0:40 | 4.20 | 23:24 | 5:34 | 2 | 5:23 | 5 | 5:23 | | | | | | |
| vuelta 13 | 0.35 | 2:02 | 5:48 | 2 | 0:31 | 7 | 0:36 | 4.55 | 25:26 | 5:35 | 2 | 5:54 | 5 | 5:54 | | | | | | |
| vuelta 14 | 0.35 | 2:01 | 5:45 | 2 | 0:27 | 6 | 0:32 | 4.90 | 27:27 | 5:36 | 2 | 6:21 | 5 | 6:21 | | | | | | |
| vuelta 15 | 0.35 | 1:57 | 5:34 | 2 | 0:22 | 5 | 0:27 | 5.25 | 29:24 | 5:35 | 2 | 6:43 | 5 | 6:43 | | | | | | |