



35. Alteburglauf
Arnstadt / 03.05.2013

Exploitation détaillée

Romming, Nicole

Association: Fitness Oase
Dossard: 295

Circuit: 10.00 km
Hauptlauf

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

Temps total: 48:27

Vitesse: 12.38 km/h
Kilométrage: 4:50 min/km

Place par parcours/Total: 60 (de 114)
Place par parcours/Femmes: 5 (de 19)
Meilleur temps dans le parcours: 41:01

Place par catégorie: 1(de 4)
Meilleur temps dans la catégorie: 48:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Place Retard				Total		Total		Place Retard		Place Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Tour 1	2.30	10:12	4:26	1	-	5	1:43	2.30	10:12	4:26	1	-	16	
Tour 2	3.80	19:45	5:11	1	-	6	3:11	6.10	29:57	4:54	1	-	16	
Dernier temps Zi	3.90	18:30	4:44	1	-	8	2:32	10.00	48:27	4:50	1	-	5	7:26