



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

evaluación detallada

Seidel, Frank

Asociación: SSC Hanau-Rodenbach

Dorsal: 368

recorrido: 11.70 km

Deutsche Berglaufmeisterschaft

categoría:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

tiempo total: 1:16:26

velocidad: 9.18 km/h

rendimiento en carrera: 6:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 200 (de 346)

posición en el recorrido/Men: 164 (de 239)

mejor tiempo del recorrido: 51:11

posición en la categoría: 12(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 1:04:37

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total | | | | | | | |
|------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|----------|---------|-------|--------|---------|------|-----|-------|-----|---------|
| | | | | retraso | posición | retraso | km | tiempo | min/km | | | | | |
| | | | retraso | posición | retraso | Men | Men | Men | Men | Men | Men | | | |
| vuelta 1 | 3.00 | 14:12 | 4:44 | 11 | 1:33 | 156 | 3:46 | 3.00 | 14:12 | 4:44 | 11 | 1:33 | 156 | 3:46 |
| vuelta 2 | 1.00 | 5:34 | 5:33 | 9 | 0:29 | 144 | 1:33 | 4.00 | 19:46 | 4:56 | 11 | 2:00 | 154 | 5:19 |
| vuelta 3 | 1.00 | 5:57 | 5:57 | 12 | 0:39 | 157 | 1:51 | 5.00 | 25:43 | 5:08 | 11 | 2:37 | 155 | 7:10 |
| vuelta 4 | 1.00 | 6:58 | 6:58 | 12 | 1:09 | 164 | 2:19 | 6.00 | 32:41 | 5:26 | 11 | 3:34 | 155 | 9:29 |
| última vuelta He | 2.60 | 17:19 | 6:39 | 12 | 2:40 | 165 | 5:50 | 8.60 | 50:00 | 5:48 | 12 | 6:12 | 160 | 15:19 |
| vor der Schiene | 2.63 | 23:11 | 8:48 | 13 | 5:11 | 184 | 9:29 | 11.23 | 1:13:11 | 6:31 | 12 | 11:23 | 164 | 24:12 |
| nach der Schiene | 0.02 | fehlt! | - | - | - | - | - | 11.25 | - | - | - | - | - | - |
| Brocken | 0.45 | 3:15 | 7:13 | 12 | 0:26 | 157 | 1:07 | 11.70 | 1:16:26 | 6:31 | 12 | 11:49 | 166 | 1:16:26 |