



12. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 19.06.2010

evaluación detallada

LAUF MIT-BLEIB FIT Team2

Dorsal: 75

recorrido: 171.30 km
Blankenstein-Hörschel

categoría:
Mixstaffel

tiempo total: 15:13:35

velocidad: 11.23 km/h
rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido: 150 (de 217)
mejor tiempo del recorrido: 10:07:32

posición en la categoría: 31(de 66)
mejor tiempo en la categoría: 11:43:48

control	tiempos parciales							stage score				Total score		
	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	etapa retraso	posición categoría	retraso categoría	posición Total	retraso Total	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Total	retraso Total
Grumbach	17.20	1:23:49	4:52	33	16:17	120	22:24	17.20	1:23:49	4:52	64	158	22:02	
Schildwiese	20.10	1:30:40	4:30	22	17:33	75	26:25	37.30	2:54:29	4:40	64	8:38	218	45:13
Neuhaus/ Gewerl	15.50	1:31:29	5:54	36	26:48	145	31:06	52.80	4:25:58	5:02	64	3:55	218	1:15:09
Triniusstein	21.60	1:55:00	5:19	41	36:23	151	40:56	74.40	6:20:58	5:07	64		218	1:54:21
Allzunah	15.00	1:12:40	4:50	24	14:14	103	24:22	89.40	7:33:38	5:04	64		218	2:18:43
Grenzadler	19.80	1:24:07	4:14	7	10:04	19	14:52	109.20	8:57:45	4:55	64		218	2:28:15
Nesselberg	13.80	1:27:07	6:18	55	26:59	202	38:29	123.00	10:24:52	5:04	64		218	3:06:24
Kleiner Inselsber	13.90	1:24:00	6:02	50	28:09	184	32:48	136.90	11:48:52	5:10	64		218	3:39:12
Hohe Sonne	19.70	1:43:30	5:15	44	30:53	157	37:46	156.60	13:32:22	5:11	64		218	4:14:18
Hörschel	14.70	1:41:13	6:53	61	38:19	208	51:45	171.30	15:13:35	5:19	31	3:29:47	150	5:06:03