



12. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 19.06.2010

evaluación detallada

Laufrausch

tiempo total: 16:34:38

Dorsal: 76

velocidad: 10.32 km/h

rendimiento en carrera: 5:49 min/km

recorrido: 171.30 km

Blankenstein-Hörschel

posición en el recorrido: 204 (de 217)

mejor tiempo del recorrido: 10:07:32

categoría:

posición en la categoría: 58(de 66)

Mixstaffel

mejor tiempo en la categoría: 11:43:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa		etapa		retraso		retraso		Total		Total		Total	
	km	tiempo	min/km	posición	posición	retraso	retraso	posición	posición	retraso	retraso	km	tiempo	min/km	posición	posición
Grumbach	17.20	1:22:00	4:46	26	14:28	99	20:35	17.20	1:22:00	4:46	25	218	20:13			
Schildwiese	20.10	2:05:24	6:14	62	52:17	212	1:01:09	37.30	3:27:24	5:33	25	41:33	218	1:18:08		
Neuhaus/ Gewerl	15.50	1:50:49	7:08	62	46:08	207	50:26	52.80	5:18:13	6:01	25	56:10	218	2:07:24		
Triniusstein	21.60	2:43:34	7:34	66	1:24:57	217	1:29:30	74.40	8:01:47	6:28	25	1:32:10	218	3:35:10		
Allzunah	15.00	1:11:52	4:47	19	13:26	93	23:34	89.40	9:13:39	6:11	25	1:18:01	218	3:58:44		
Grenzadler	19.80	1:36:42	4:53	27	22:39	87	27:27	109.20	10:50:21	5:57	25	51:22	218	4:20:51		
Nesselberg	13.80	1:22:56	6:00	48	22:48	183	34:18	123.00	12:13:17	5:57	25	58:24	218	4:54:49		
Kleiner Inselsber	13.90	1:21:03	5:49	41	25:12	165	29:51	136.90	13:34:20	5:56	25	58:19	218	5:24:40		
Hohe Sonne	19.70	1:42:46	5:12	43	30:09	152	37:02	156.60	15:17:06	5:51	25	1:05:52	218	5:59:02		
Hörschel	14.70	1:17:32	5:16	17	14:38	101	28:04	171.30	16:34:38	5:48	58	4:50:50	204	6:27:06		