



12. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 19.06.2010

evaluación detallada

AOL 04

tiempo total: 12:50:25

Dorsal: 196

velocidad: 13.32 km/h

rendimiento en carrera: 4:30 min/km

recorrido: 171.30 km

Blankenstein-Hörschel

posición en el recorrido: 23 (de 217)

mejor tiempo del recorrido: 10:07:32

categoría:

posición en la categoría: 19(de 139)

Männerstaffel

mejor tiempo en la categoría: 10:07:32

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	posición	posición	retraso	retraso	retraso
Grumbach	17.20	1:18:39	4:34	50	17:14	65	17:14	17.20	1:18:39	4:34	19	16:52	30	16:52		
Schildwiese	20.10	1:22:27	4:06	20	18:12	30	18:12	37.30	2:41:06	4:19	19	31:50	30	31:50		
Neuhaus/ Gewerl	15.50	1:10:24	4:32	19	10:01	21	10:01	52.80	3:51:30	4:23	19	40:41	30	40:41		
Triniusstein	21.60	1:30:18	4:10	15	16:14	23	16:14	74.40	5:21:48	4:19	19	55:11	30	55:11		
Allzunah	15.00	1:00:03	4:00	12	11:45	13	11:45	89.40	6:21:51	4:16	19	1:06:56	30	1:06:56		
Grenzadler	19.80	1:34:59	4:47	43	25:44	69	25:44	109.20	7:56:50	4:21	19	1:27:20	30	1:27:20		
Nesselberg	13.80	1:03:16	4:35	31	14:38	33	14:38	123.00	9:00:06	4:23	19	1:41:38	30	1:41:38		
Kleiner Inselsber	13.90	1:05:44	4:43	41	14:32	43	14:32	136.90	10:05:50	4:25	19	1:56:10	30	1:56:10		
Hohe Sonne	19.70	1:43:10	5:14	105	37:26	155	37:26	156.60	11:49:00	4:31	19	2:30:56	30	2:30:56		
Hörschel	14.70	1:01:25	4:10	11	11:57	11	11:57	171.30	12:50:25	4:29	19	2:42:53	23	2:42:53		