



12. Rennsteig-Staffellauf

Blankenstein bis Hörschel / 19.06.2010

evaluación detallada

Arthrose

tiempo total: 14:10:10

Dorsal: 68

velocidad: 12.07 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

recorrido: 171.30 km

Blankenstein-Hörschel

posición en el recorrido: 83 (de 217)

mejor tiempo del recorrido: 10:07:32

categoría:

posición en la categoría: 15(de 66)

Mixstaffel

mejor tiempo en la categoría: 11:43:48

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa		etapa		etapa		etapa		etapa		etapa		etapa		etapa		etapa		etapa	
	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	
Grumbach	17.20	1:23:33	4:51	30	16:01	115	22:08	17.20	1:23:33	4:51	37		166	21:46								
Schildwiese	20.10	1:37:06	4:49	37	23:59	128	32:51	37.30	3:00:39	4:50	37	14:48	76	51:23								
Neuhaus/ Gewerl	15.50	1:33:20	6:01	39	28:39	155	32:57	52.80	4:33:59	5:11	37	11:56	218	1:23:10								
Triniusstein	21.60	1:46:13	4:55	28	27:36	104	32:09	74.40	6:20:12	5:06	37		218	1:53:35								
Allzunah	15.00	1:12:38	4:50	22	14:12	101	24:20	89.40	7:32:50	5:03	37		218	2:17:55								
Grenzadler	19.80	1:40:26	5:04	37	26:23	122	31:11	109.20	9:13:16	5:03	37		218	2:43:46								
Nesselberg	13.80	1:09:40	5:02	9	9:32	81	21:02	123.00	10:22:56	5:03	37		218	3:04:28								
Kleiner Inselsber	13.90	1:11:39	5:09	11	15:48	84	20:27	136.90	11:34:35	5:04	37		218	3:24:55								
Hohe Sonne	19.70	1:27:36	4:26	13	14:59	44	21:52	156.60	13:02:11	4:59	37		218	3:44:07								
Hörschel	14.70	1:07:59	4:37	4	5:05	32	18:31	171.30	14:10:10	4:57	15	2:26:22	83	4:02:38								