



# 7. Breitunger Pleßlauf

Breitungen / 22.08.2010

## evaluación detallada

**Rahner, Johannes**

Asociación: SC Neuenstein

Dorsal: 905

recorrido: 30.26 km

30 km-Lauf

categoría:

Männer M40

tiempo total: 2:18:49

velocidad: 13.08 km/h

rendimiento en carrera: 4:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 3 (de 25)

posición en el recorrido/Men: 3 (de 20)

mejor tiempo del recorrido: 2:05:54

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 2:18:49

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control      | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                 |                | Total score |                 |                 |                       |                |                 |
|--------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|
|              |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men | retraso<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men |
| Pleß         | 13.00       | 1:06:29         | 5:06            | 1                     | -              | 4               | 9:13           | 13.00       | 1:06:29         | 5:06            | 1                     | -              | 19              |
| Pleß         | 5.00        | 20:25           | 4:05            | 1                     | -              | 4               | 2:44           | 18.00       | 1:26:54         | 4:49            | 1                     | -              | 19              |
| Kilianskuppe | 8.00        | 38:51           | 4:51            | 1                     | -              | 3               | 0:23           | 26.00       | 2:05:45         | 4:50            | 1                     | -              | 18              |
| Festplatz    | 4.26        | 13:04           | 3:04            | 1                     | -              | 2               | 0:35           | 30.26       | 2:18:49         | 4:35            | 1                     | -              | 3 12:55         |