



7. Breitunger Pleßlauf

Breitungen / 22.08.2010

evaluación detallada

Hollandt, Stephan

Asociación: Floh-Seligenthal

Dorsal: 927

recorrido: 30.26 km

30 km-Lauf

categoría:

Männer M45

tiempo total: 2:54:19

velocidad: 10.33 km/h

rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 16 (de 25)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 20)

mejor tiempo del recorrido: 2:05:54

posición en la categoría: 3(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 2:37:16

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|--------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|----|-------|
| | | | | posición categoría | retraso Men | posición Men | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición categoría | retraso Men | posición Men | | |
| Pleß | 13.00 | 1:18:53 | 6:04 | 4 | 8:38 | 15 | 21:37 | 13.00 | 1:18:53 | 6:04 | 3 | 8:38 | 7 | 7:02 |
| Pleß | 5.00 | 25:20 | 5:03 | 4 | 3:06 | 16 | 7:39 | 18.00 | 1:44:13 | 5:47 | 3 | 11:44 | 7 | 9:15 |
| Kilianskuppe | 8.00 | 51:24 | 6:25 | 3 | 2:55 | 10 | 12:56 | 26.00 | 2:35:37 | 5:59 | 3 | 14:39 | 7 | 7:00 |
| Festplatz | 4.26 | 18:42 | 4:23 | 4 | 2:24 | 15 | 6:13 | 30.26 | 2:54:19 | 5:45 | 3 | 17:03 | 15 | 48:25 |