



35. Alteburglauf
 Arnstadt / 03.05.2013

evaluación detallada

Sthamer, Heiko

Asociación: DAV Suhl
 Dorsal: 192

recorrido: 10.00 km
 Hauptlauf

categoría:
 Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 54:57

velocidad: 10.92 km/h
 rendimiento en carrera: 5:30 min/km

posición en el recorrido/Total: 96 (de 114)
 posición en el recorrido/Men: 83 (de 95)
 mejor tiempo del recorrido: 36:06

posición en la categoría: 7(de 9)
 mejor tiempo en la categoría: 44:36

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	Total retraso			
				retraso	posición	retraso	posición	km	tiempo	min/km	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	
vuelta 1	2.30	12:13	5:18	8	2:45	88	4:27	2.30	12:13	5:18	7	2:45	39	1:28
vuelta 2	3.80	22:58	6:02	7	4:44	83	8:20	6.10	35:11	5:46	7	7:29	39	4:28
última vuelta Zie	3.90	19:46	5:04	7	3:04	77	6:24	10.00	54:57	5:29	7	10:21	83	18:51