



18. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

evaluación detallada

Hermann, Rainer

Asociación: LAC Rudolstadt
Dorsal: 132

recorrido: 9.40 km
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

categoría:
Männer 70 bis 79 Jahre

tiempo total: 49:20

velocidad: 10.95 km/h
rendimiento en carrera: 5:15 min/km

posición en el recorrido/Total: 151 (de 373)
posición en el recorrido/Men: 134 (de 286)
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 2(de 6)
mejor tiempo en la categoría: 43:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men	km				tiempo	min/km		
Rundenzeit	2.20	11:24	5:10	3	2:10	167	4:22	2.20	11:24	5:10	3	2:10	167	4:22
Rundenzeit	1.80	9:12	5:06	2	0:57	142	3:14	4.00	20:36	5:09	3	3:07	158	7:36
Rundenzeit	1.80	9:24	5:13	2	0:54	136	3:16	5.80	30:00	5:10	3	4:01	150	10:49
Rundenzeit	1.80	9:39	5:21	2	0:48	143	3:36	7.60	39:39	5:13	2	4:49	145	14:25
meta	1.80	9:41	5:22	2	0:50	139	9:32	9.40	49:20	5:14	2	5:39	138	18:13