



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

evaluación detallada

Alava-Pons, Angel

Asociación: Duisburg
Dorsal: 3

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

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 50:30

velocidad: 11.17 km/h
rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 164 (de 373)
posición en el recorrido/Men: 146 (de 286)
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 50(de 91)
mejor tiempo en la categoría: 33:10

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Rundenzeit	2.20	12:12	5:32	70	5:02	197	5:10	2.20	12:12	5:32	70	5:02	197	5:10
Rundenzeit	1.80	9:35	5:19	62	3:14	174	3:37	4.00	21:47	5:26	66	8:16	185	8:47
Rundenzeit	1.80	9:49	5:27	58	3:20	164	3:41	5.80	31:36	5:26	65	11:36	181	12:25
Rundenzeit	1.80	9:39	5:21	49	3:01	143	3:36	7.60	41:15	5:25	60	14:37	170	16:01
meta	1.80	9:15	5:08	33	2:43	111	9:06	9.40	50:30	5:22	52	17:20	150	19:23