



# 18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

## evaluación detallada

**Heinze, Iris**

Asociación: Dessau-Rosslau  
Dorsal: 126

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

categoría:  
Frauen 50 bis 59 Jahre

tiempo total: 51:55

velocidad: 10.86 km/h  
rendimiento en carrera: 5:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 190 (de 373)  
posición en el recorrido/Women: 25 (de 87)  
mejor tiempo del recorrido: 42:15

posición en la categoría: 6(de 18)  
mejor tiempo en la categoría: 45:34

## 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 | categoria | categoria | Women   | Women   |       |       |       | km      | tiempo  | min/km  | categoria |
| Rundenzeit | 2.20  | 11:03  | 5:01   | 5         | 1:06      | 16      | 2:35    | 2.20  | 11:03 | 5:01  | 5       | 1:06    | 16      | 2:35      |
| Rundenzeit | 1.80  | 9:50   | 5:27   | 4         | 1:13      | 26      | 2:31    | 4.00  | 20:53 | 5:13  | 4       | 2:19    | 22      | 5:06      |
| Rundenzeit | 1.80  | 10:20  | 5:44   | 8         | 1:28      | 31      | 2:29    | 5.80  | 31:13 | 5:22  | 4       | 3:47    | 22      | 7:35      |
| Rundenzeit | 1.80  | 10:19  | 5:43   | 7         | 1:12      | 26      | 2:15    | 7.60  | 41:32 | 5:27  | 4       | 4:59    | 22      | 9:50      |
| meta       | 1.80  | 10:23  | 5:46   | 8         | 1:22      | 30      | 2:09    | 9.40  | 51:55 | 5:31  | 6       | 6:21    | 29      | 23:07     |