



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

evaluación detallada

Helming, Volker

Asociación: Mücheln  
Dorsal: 129

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

categoría:  
Männer 50 bis 59 Jahre

tiempo total: 52:33

velocidad: 10.28 km/h  
rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 203 (de 373)  
posición en el recorrido/Men: 175 (de 286)  
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 43(de 80)  
mejor tiempo en la categoría: 36:02

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 posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Rundenzeit	2.20	12:39	5:45	54	4:50	220	5:37	2.20	12:39	5:45	54	4:50	220	5:37
Rundenzeit	1.80	9:56	5:31	47	3:05	198	3:58	4.00	22:35	5:38	49	7:55	208	9:35
Rundenzeit	1.80	10:06	5:36	46	3:01	180	3:58	5.80	32:41	5:38	49	10:56	200	13:30
Rundenzeit	1.80	10:03	5:35	42	2:56	164	4:00	7.60	42:44	5:37	47	13:43	190	17:30
meta	1.80	9:49	5:27	36	9:40	154	9:40	9.40	52:33	5:35	43	16:31	179	21:26