



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

evaluación detallada

Berghoff, Wilfried

Asociación: SV Aktiv Bad Westernkotten
Dorsal: 24

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

categoría:
Männer 60 bis 69 Jahre

tiempo total: 54:44

velocidad: 10.30 km/h
rendimiento en carrera: 5:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 228 (de 373)
posición en el recorrido/Men: 194 (de 286)
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 10(de 20)
mejor tiempo en la categoría: 38:39

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	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Rundenzeit	2.20	12:48	5:49	11	4:19	225	5:46	2.20	12:48	5:49	11	4:19	225	5:46
Rundenzeit	1.80	10:19	5:43	10	2:56	218	4:21	4.00	23:07	5:46	10	7:15	223	10:07
Rundenzeit	1.80	10:36	5:53	10	3:01	211	4:28	5.80	33:43	5:48	10	10:16	218	14:32
Rundenzeit	1.80	10:31	5:50	9	2:50	190	4:28	7.60	44:14	5:49	10	13:06	210	19:00
meta	1.80	10:30	5:49	9	10:17	176	10:21	9.40	54:44	5:49	11	16:05	198	23:37