



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

evaluación detallada

Keller, Uwe

Asociación: Active Coach
Dorsal: 120

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

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 38:07

velocidad: 14.17 km/h
rendimiento en carrera: 4:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 24 (de 373)
posición en el recorrido/Men: 23 (de 286)
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 4(de 91)
mejor tiempo en la categoría: 33:10

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Rundenzeit	2.20	8:27	3:50	7	1:17	31	1:25	2.20	8:27	3:50	7	1:17	31	1:25
Rundenzeit	1.80	7:12	4:00	4	0:51	21	1:14	4.00	15:39	3:54	5	2:08	24	2:39
Rundenzeit	1.80	7:23	4:06	4	0:54	22	1:15	5.80	23:02	3:58	4	3:02	22	3:51
Rundenzeit	1.80	7:26	4:07	4	0:48	21	1:23	7.60	30:28	4:00	4	3:50	22	5:14
meta	1.80	7:39	4:15	5	1:07	33	7:30	9.40	38:07	4:03	4	4:57	23	7:00