



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

evaluación detallada

Elsing, Thomas

Asociación: Dinslaken
Dorsal: 66

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

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 57:29

velocidad: 9.39 km/h
rendimiento en carrera: 6:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 273 (de 373)
posición en el recorrido/Men: 223 (de 286)
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 77(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	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
Rundenzeit	2.20	12:30	5:40	74	5:20	216	5:28	2.20	12:30	5:40	74	5:20	216	5:28
Rundenzeit	1.80	10:43	5:57	83	4:22	238	4:45	4.00	23:13	5:48	82	9:42	225	10:13
Rundenzeit	1.80	11:18	6:16	84	4:49	244	5:10	5.80	34:31	5:57	82	14:31	230	15:20
Rundenzeit	1.80	11:28	6:22	78	4:50	232	5:25	7.60	45:59	6:03	81	19:21	231	20:45
meta	1.80	11:30	6:23	72	4:58	219	11:21	9.40	57:29	6:06	79	24:19	227	26:22