



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

evaluación detallada

Dinse, Stefan

Asociación: Running Bros Coburg
Dorsal: 60

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

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 51:20

velocidad: 10.52 km/h
rendimiento en carrera: 5:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 177 (de 373)
posición en el recorrido/Men: 157 (de 286)
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 56(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	10:36	4:49	39	3:26	117	3:34	2.20	10:36	4:49	39	3:26	117	3:34
Rundenzeit	1.80	8:52	4:55	39	2:31	124	2:54	4.00	19:28	4:51	40	5:57	119	6:28
Rundenzeit	1.80	9:55	5:30	61	3:26	168	3:47	5.80	29:23	5:03	44	9:23	136	10:12
Rundenzeit	1.80	10:29	5:49	67	3:51	187	4:26	7.60	39:52	5:14	53	13:14	152	14:38
meta	1.80	11:28	6:22	71	4:56	218	11:19	9.40	51:20	5:27	58	18:10	161	20:13