



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

evaluación detallada

Litzke, Ronny

Asociación: SV Blau-Weiß Zorbau
Dorsal: 210

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

categoría:
Männer 30 bis 39 Jahre

tiempo total: 39:38

velocidad: 13.62 km/h
rendimiento en carrera: 4:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 34 (de 373)
posición en el recorrido/Men: 34 (de 286)
mejor tiempo del recorrido: 31:07

posición en la categoría: 14(de 57)
mejor tiempo en la categoría: 31:07

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	retraso			Total km	Total tiempo	Total posición	retraso			
				posición	retraso	Men				posición	retraso	Men	
Rundenzeit	2.20	8:48	4:00	17	1:46	45	2.20	8:48	4:00	17	1:46	45	1:46
Rundenzeit	1.80	7:45	4:18	23	1:47	54	4.00	16:33	4:08	17	3:33	46	3:33
Rundenzeit	1.80	7:45	4:18	15	1:37	35	5.80	24:18	4:11	16	5:07	40	5:07
Rundenzeit	1.80	7:47	4:19	13	1:44	31	7.60	32:05	4:13	14	6:51	36	6:51
meta	1.80	7:33	4:11	12	1:42	29	9.40	39:38	4:12	14	8:31	34	8:31