



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