



# 26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

## evaluación detallada

**Held, Thoralf**

Asociación: SSV Erfurt 02

Dorsal: 584

recorrido: 20.00 km

20km Strecke

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:40:44

velocidad: 11.91 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 150 (de 552)

posición en el recorrido/Men: 139 (de 405)

mejor tiempo del recorrido: 1:13:54

posición en la categoría: 23(de 76)

mejor tiempo en la categoría: 1:22:39

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	categoría	posición	categoría				posición	categoría	posición	categoría
10 km	10.00	51:12	5:07	24	8:44	140	12:38	10.00	51:12	5:07	24	8:44	140	12:38
meta	10.00	49:32	4:57	23	9:40	146	14:12	20.00	1:40:44	5:02	23	18:05	139	26:50