



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

evaluación detallada

Dalbert, Frank

Asociación: Chaosteam+Run4Fun

Dorsal: 110

recorrido: 20.00 km

20km Strecke

categoría:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 1:47:19

velocidad: 11.18 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 239 (de 552)

posición en el recorrido/Men: 214 (de 405)

mejor tiempo del recorrido: 1:13:54

posición en la categoría: 36(de 76)

mejor tiempo en la categoría: 1:22:39

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	categoría	Men	Men				km	tiempo	min/km	categoría
10 km	10.00	54:44	5:28	37	12:16	216	16:10	10.00	54:44	5:28	37	12:16	216	16:10
meta	10.00	52:35	5:15	37	12:43	215	17:15	20.00	1:47:19	5:21	36	24:40	214	33:25