



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

evaluación detallada

Lichtenberg, Conny

Asociación: GröLiWelt

Dorsal: 170

recorrido: 20.00 km

20km Strecke

categoría:

Senioren M40 (40-44 Jahre)

tiempo total: 1:55:37

velocidad: 10.38 km/h

rendimiento en carrera: 5:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 361 (de 552)

posición en el recorrido/Men: 304 (de 405)

mejor tiempo del recorrido: 1:13:54

posición en la categoría: 45(de 59)

mejor tiempo en la categoría: 1:15:34

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
10 km	10.00	58:30	5:50	47	19:13	299	19:56	10.00	58:30	5:50	47	19:13	299	19:56
meta	10.00	57:07	5:42	46	20:50	305	21:47	20.00	1:55:37	5:46	45	40:03	304	41:43