



26. Rennsteig Herbstlauf

Masserberg / 02.10.2016

evaluación detallada

Rüdiger, Astrid

Asociación: Geraberg

Dorsal: 217

recorrido: 20.00 km

20km Strecke

categoría:

Seniorinnen W50 (50-54 Jahre)

tiempo total: 2:29:49

velocidad: 8.01 km/h

rendimiento en carrera: 7:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 549 (de 552)

posición en el recorrido/Women: 145 (de 147)

mejor tiempo del recorrido: 1:23:47

posición en la categoría: 16(de 16)

mejor tiempo en la categoría: 1:42:51

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	
				Wome	Women	Wome	Women				Wome	Women		
10 km	10.00	1:14:34	7:27	16	22:21	145	31:40	10.00	1:14:34	7:27	16	22:21	145	31:40
meta	10.00	1:15:15	7:31	16	26:23	143	34:24	20.00	2:29:49	7:29	16	46:58	145	1:06:02