



19. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

evaluación detallada

Köster, Henning

Asociación: Rot-Weiß Sutthausen eV
Dorsal: 208

recorrido: 10.50 km
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 52:00

velocidad: 12.12 km/h
rendimiento en carrera: 4:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 101 (de 389)
posición en el recorrido/Men: 92 (de 301)
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 26(de 83)
mejor tiempo en la categoría: 35:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	categoría				retraso	posición	categoría		
Rundenzeit	2.10	10:48	5:08	35	3:57	118	2.10	10:48	5:08	35	3:57	118	4:26	
Rundenzeit	2.10	10:00	4:45	29	3:01	104	4.20	20:48	4:57	30	6:58	104	7:54	
Rundenzeit	2.10	10:19	4:54	27	3:12	97	6.30	31:07	4:56	28	10:10	100	11:33	
Rundenzeit	2.10	10:31	5:00	26	3:21	93	8.40	41:38	4:57	28	13:31	97	15:24	
meta	2.10	10:22	4:56	24	3:11	96	10.50	52:00	4:57	26	16:42	92	19:02	