



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

evaluación detallada

Hennig, Holger

Asociación: TSV Mönchröden  
Dorsal: 160

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

categoría:  
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 38:29

velocidad: 16.37 km/h  
rendimiento en carrera: 3:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 7 (de 389)  
posición en el recorrido/Men: 7 (de 301)  
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 4(de 83)  
mejor tiempo en la categoría: 35:18

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	cat	cat	Men	Men				cat	cat		
Rundenzeit	2.10	7:22	3:30	4	0:31	7	1:00	2.10	7:22	3:30	4	0:31	7	1:00
Rundenzeit	2.10	7:33	3:35	5	0:34	9	5:55	4.20	14:55	3:33	5	1:05	8	2:01
Rundenzeit	2.10	7:44	3:40	4	0:37	7	1:04	6.30	22:39	3:35	4	1:42	7	3:05
Rundenzeit	2.10	7:51	3:44	4	0:41	7	1:11	8.40	30:30	3:37	4	2:23	7	4:16
meta	2.10	7:59	3:48	4	0:48	9	1:15	10.50	38:29	3:39	4	3:11	7	5:31