



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

evaluación detallada

Seidenberg, René

Asociación: Laufftreff Keyenberg
Dorsal: 367

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

categoría:
Männer 30 bis 39 Jahre

tiempo total: 41:44

velocidad: 14.38 km/h
rendimiento en carrera: 3:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 12 (de 389)
posición en el recorrido/Men: 12 (de 301)
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 6(de 68)
mejor tiempo en la categoría: 32:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición			
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición		
Rundenzeit	2.10	7:29	3:33	4	1:07	9	1:07	2.10	7:29	3:33	4	1:07	9	1:07
Rundenzeit	2.10	8:21	3:58	7	1:49	15	6:43	4.20	15:50	3:46	5	2:56	10	2:56
Rundenzeit	2.10	8:48	4:11	7	2:08	17	2:08	6.30	24:38	3:54	6	5:04	13	5:04
Rundenzeit	2.10	8:41	4:08	6	2:01	13	2:01	8.40	33:19	3:57	6	7:05	13	7:05
meta	2.10	8:25	4:00	6	1:41	13	1:41	10.50	41:44	3:58	6	8:46	12	8:46