



19. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 22.10.2016

evaluación detallada

Heim, Oliver

Asociación: LT Speeketze Marbach
Dorsal: 154

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

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 55:36

velocidad: 10.79 km/h
rendimiento en carrera: 5:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 168 (de 389)
posición en el recorrido/Men: 146 (de 301)
mejor tiempo del recorrido: 32:58

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

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Rundenzeit	2.10	12:16	5:50	53	5:25	195	5:54	2.10	12:16	5:50	53	5:25	195	5:54
Rundenzeit	2.10	10:55	5:11	49	3:56	176	9:17	4.20	23:11	5:31	52	9:21	191	10:17
Rundenzeit	2.10	10:49	5:09	33	3:42	138	4:09	6.30	34:00	5:23	44	13:03	172	14:26
Rundenzeit	2.10	10:54	5:11	31	3:44	121	4:14	8.40	44:54	5:20	40	16:47	160	18:40
meta	2.10	10:42	5:05	28	3:31	118	3:58	10.50	55:36	5:17	35	20:18	146	22:38