



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	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	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