



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

evaluación detallada

Wingender, Gerhard

Asociación: Handball Club Neuwied
Dorsal: 437

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

categoría:
Männer 50 bis 59 Jahre

tiempo total: 58:42

velocidad: 10.73 km/h
rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 214 (de 389)
posición en el recorrido/Men: 190 (de 301)
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 51(de 86)
mejor tiempo en la categoría: 42:31

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	10:05	4:48	17	2:02	68	3:43	2.10	10:05	4:48	17	2:02	68	3:43
Rundenzeit	2.10	11:15	5:21	53	2:51	200	9:37	4.20	21:20	5:04	34	4:53	123	8:26
Rundenzeit	2.10	12:39	6:01	67	4:02	240	5:59	6.30	33:59	5:23	47	8:54	170	14:25
Rundenzeit	2.10	12:31	5:57	63	3:44	222	5:51	8.40	46:30	5:32	49	12:37	185	20:16
meta	2.10	12:12	5:48	58	3:51	210	5:28	10.50	58:42	5:35	51	16:11	190	25:44