



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: 10.22 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<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                 | Total score |                 |                 |                       |                |                 |     |       |
|------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-----|-------|
|            |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>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 |