



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

evaluación detallada

Heinrichs, Heiko

Asociación: Braunschweig
Dorsal: 156

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

categoría:
Männer 50 bis 59 Jahre

tiempo total: 1:01:40

velocidad: 9.73 km/h
rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 262 (de 389)
posición en el recorrido/Men: 224 (de 301)
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 62(de 86)
mejor tiempo en la categoría: 42:31

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Rundenzeit	2.10	13:15	6:18	68	5:12	251	6:53	2.10	13:15	6:18	68	5:12	251	6:53
Rundenzeit	2.10	10:54	5:11	48	2:30	174	9:16	4.20	24:09	5:44	59	7:42	218	11:15
Rundenzeit	2.10	12:11	5:48	61	3:34	219	5:31	6.30	36:20	5:46	58	11:15	218	16:46
Rundenzeit	2.10	12:17	5:50	59	3:30	214	5:37	8.40	48:37	5:47	58	14:44	219	22:23
meta	2.10	13:03	6:12	66	4:42	246	6:19	10.50	1:01:40	5:52	62	19:09	224	28:42