



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

evaluación detallada

Lauterbach, Ralf

Asociación: MTV Oldendorf  
Dorsal: 228

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

categoría:  
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 1:08:04

velocidad: 8.81 km/h  
rendimiento en carrera: 6:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 327 (de 389)  
posición en el recorrido/Men: 268 (de 301)  
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 76(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 retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición retraso Men		
Rundenzeit	2.10	13:47	6:33	74	6:56	267	7:25	2.10	13:47	6:33	74	6:56	267	7:25
Rundenzeit	2.10	12:40	6:01	73	5:41	258	11:02	4.20	26:27	6:17	76	12:37	267	13:33
Rundenzeit	2.10	13:33	6:27	77	6:26	266	6:53	6.30	40:00	6:20	77	19:03	267	20:26
Rundenzeit	2.10	13:42	6:31	76	6:32	262	7:02	8.40	53:42	6:23	77	25:35	268	27:28
meta	2.10	14:22	6:50	73	7:11	275	7:38	10.50	1:08:04	6:28	76	32:46	268	35:06