



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

evaluación detallada

Uhde, Maik

Asociación: SV Fortuna Dingelstedt
Dorsal: 404

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

categoría:
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 46:46

velocidad: 12.83 km/h
rendimiento en carrera: 4:27 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 389)
posición en el recorrido/Men: 34 (de 301)
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 13(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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso			
Rundenzeit	2.10	8:48	4:11	10	1:57	26	2:26	2.10	8:48	4:11	10	1:57	26	2:26
Rundenzeit	2.10	9:06	4:19	16	2:07	46	7:28	4.20	17:54	4:15	10	4:04	24	5:00
Rundenzeit	2.10	9:33	4:32	17	2:26	50	2:53	6.30	27:27	4:21	11	6:30	27	7:53
Rundenzeit	2.10	9:48	4:40	15	2:38	46	3:08	8.40	37:15	4:26	13	9:08	31	11:01
meta	2.10	9:31	4:31	11	2:20	39	2:47	10.50	46:46	4:27	13	11:28	34	13:48