



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

evaluación detallada

Akin, Idris

Asociación: Active Sportshop Herford  
Dorsal: 261

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

categoría:  
Männer 30 bis 39 Jahre

tiempo total: 46:48

velocidad: 13.46 km/h  
rendimiento en carrera: 4:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 40 (de 389)  
posición en el recorrido/Men: 36 (de 301)  
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 10(de 68)  
mejor tiempo en la categoría: 32:58

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
Rundenzeit	2.10	9:27	4:29	12	3:05	41	2.10	9:27	4:29	12	3:05	41	3:05	
Rundenzeit	2.10	9:00	4:17	12	2:28	35	4.20	18:27	4:23	9	5:33	36	5:33	
Rundenzeit	2.10	9:36	4:34	17	2:56	52	6.30	28:03	4:27	10	8:29	38	8:29	
Rundenzeit	2.10	9:23	4:28	10	2:43	32	8.40	37:26	4:27	10	11:12	37	11:12	
meta	2.10	9:22	4:27	12	2:38	35	10.50	46:48	4:27	10	13:50	36	13:50	