



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

evaluación detallada

Steinhaus, Marc

Asociación: RSC Wahmbeck  
Dorsal: 377

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

categoría:  
Männer 40 bis 49 Jahre

tiempo total: 50:31

velocidad: 11.88 km/h  
rendimiento en carrera: 4:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 84 (de 389)  
posición en el recorrido/Men: 75 (de 301)  
mejor tiempo del recorrido: 32:58

posición en la categoría: 22(de 83)  
mejor tiempo en la categoría: 35:18

tiempos parciales

stage score

Total score

| control    | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score |          |         | Total score |       |       |          |         |          |         |       |
|------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|---------|-------------|-------|-------|----------|---------|----------|---------|-------|
|            |             |                 |                        | retraso     | posición | retraso | Total       | Total | Total | posición | retraso | posición | retraso |       |
|            |             |                 |                        | Men         | Men      | Men     | Men         | Men   | Men   | Men      | Men     | Men      | Men     |       |
| Rundenzeit | 2.10        | 9:39            | 4:35                   | 20          | 2:48     | 53      | 3:17        | 2.10  | 9:39  | 4:35     | 20      | 2:48     | 53      | 3:17  |
| Rundenzeit | 2.10        | 9:30            | 4:31                   | 19          | 2:31     | 72      | 7:52        | 4.20  | 19:09 | 4:33     | 18      | 5:19     | 54      | 6:15  |
| Rundenzeit | 2.10        | 9:56            | 4:43                   | 20          | 2:49     | 69      | 3:16        | 6.30  | 29:05 | 4:36     | 19      | 8:08     | 61      | 9:31  |
| Rundenzeit | 2.10        | 10:27           | 4:58                   | 24          | 3:17     | 84      | 3:47        | 8.40  | 39:32 | 4:42     | 20      | 11:25    | 66      | 13:18 |
| meta       | 2.10        | 10:59           | 5:13                   | 31          | 3:48     | 132     | 4:15        | 10.50 | 50:31 | 4:48     | 22      | 15:13    | 75      | 17:33 |