



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

evaluación detallada

Sauerland, Frank-Michael

Asociación: LAG Wesertal

Dorsal: 192

recorrido: 11.70 km

Deutsche Berglaufmeisterschaft

categoría:

Senioren M60 (60-64 Jahre)

tiempo total: 1:49:57

velocidad: 6.00 km/h

rendimiento en carrera: 9:24 min/km

posición en el recorrido/Total: 335 (de 346)

posición en el recorrido/Men: 234 (de 239)

mejor tiempo del recorrido: 51:11

posición en la categoría: 27(de 27)

mejor tiempo en la categoría: 1:03:14

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	Total posición categoría	Total posición Men	Total retraso Men	
vuelta 1	3.00	18:33	6:11	26	6:04	225	8:07	3.00	18:33	6:11	26	6:04	225	8:07
vuelta 2	1.00	7:52	7:51	26	2:53	227	3:51	4.00	26:25	6:36	26	8:57	227	11:58
vuelta 3	1.00	8:25	8:24	26	3:20	228	4:19	5.00	34:50	6:58	26	12:17	227	16:17
vuelta 4	1.00	10:00	10:00	27	4:14	231	5:21	6.00	44:50	7:28	26	16:31	227	21:38
última vuelta He	2.60	26:00	10:00	27	11:39	236	14:31	8.60	1:10:50	8:14	27	28:10	232	36:09
vor der Schiene	2.63	33:46	12:50	27	15:44	236	20:04	11.23	1:44:36	9:18	27	43:54	233	55:37
nach der Schiene	0.02	fehlt!	-	-	-	-	-	11.25	-	-	-	-	-	-
Brocken	0.45	5:21	11:53	27	2:49	234	3:13	11.70	1:49:57	9:23	27	46:43	236	1:49:57