



DEUTSCHE BERGLAUFMEISTERSCHAFTEN

Ilseburg / 01.09.2018

evaluación detallada

Ruf, Bernd

Asociación: LG Rems-Welland

Dorsal: 190

recorrido: 11.70 km

Deutsche Berglaufmeisterschaft

categoría:

Männer (20-34 Jahre)

tiempo total: 1:03:19

velocidad: 10.42 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 78 (de 346)

posición en el recorrido/Men: 73 (de 239)

mejor tiempo del recorrido: 51:11

posición en la categoría: 34(de 44)

mejor tiempo en la categoría: 51:11

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
vuelta 1	3.00	12:18	4:06	35	1:52	73	1:52	3.00	12:18	4:06	35	1:52	73	1:52
vuelta 2	1.00	4:54	4:54	35	0:53	70	0:53	4.00	17:12	4:17	35	2:45	73	2:45
vuelta 3	1.00	5:09	5:09	36	1:03	78	1:03	5.00	22:21	4:28	35	3:48	72	3:48
vuelta 4	1.00	5:57	5:57	36	1:18	87	1:18	6.00	28:18	4:43	36	5:06	76	5:06
última vuelta He	2.60	14:33	5:35	35	3:04	77	3:04	8.60	42:51	4:58	35	8:10	75	8:10
vor der Schiene	2.63	17:57	6:49	32	4:15	74	4:15	11.23	1:00:48	5:24	33	11:49	72	11:49
nach der Schiene	0.02	fehlt!	-	-	-	-	-	11.25	-	-	-	-	-	-
Brocken	0.45	2:31	5:35	24	0:23	41	0:23	11.70	1:03:19	5:24	34	12:08	74	1:03:19