



3Türmelauf
Bad Langensalza / 14.04.2019

evaluación detallada

Holder, Marco

Asociación: Eisenach
Dorsal: 1263

recorrido: 5.00 km
5 km - Lauf

categoría:
Senioren M35 (35-39 Jahre)

tiempo total: 30:07

velocidad: 9.96 km/h
rendimiento en carrera: 6:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 149 (de 238)
posición en el recorrido/Men: 101 (de 130)
mejor tiempo del recorrido: 17:44

posición en la categoría: 11(de 12)
mejor tiempo en la categoría: 22:13

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
vuelta 1	4.55	27:50	6:07	11	7:15	102	18:34	4.55	27:50	6:07	11	7:15	102	18:34
última vuelta Zie	0.45	2:17	5:04	11	0:41	106	1:00	5.00	30:07	6:01	11	7:54	101	12:23