



22. Rennsteig-Staffellauf

Hörschel bis Blankenstein / 18.06.2022

evaluación detallada

Lauftraining.com

Dorsal: 200

recorrido: 168.70 km
Hörschel-Blankenstein

categoría:
Männerstaffel

tiempo total: 14:12:41

velocidad: 11.82 km/h
rendimiento en carrera: 5:03 min/km

posición en el recorrido: 13 (de 177)

mejor tiempo del recorrido: 11:15:57

posición en la categoría: 9 (de 118)

mejor tiempo en la categoría: 11:15:57

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa		etapa				stage score		Total score					
	km	tiempo	min/km	posición categoría	retraso categoría	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición	retraso
Hohe Sonne	14.00	1:04:15	4:35	9	5:50	10	5:50	14.00	1:04:15	4:35	9	5:50	10	5:50
Kleiner Inselsber	19.60	1:35:36	4:52	16	18:27	21	18:27	33.60	2:39:51	4:45	9	24:01	10	24:01
Neue Ausspanne	14.00	1:15:38	5:24	50	24:42	60	24:42	47.60	3:55:29	4:56	16	48:43	20	48:43
Grenzadler	13.70	1:19:44	5:49	58	28:02	79	28:02	61.30	5:15:13	5:08	20	1:14:26	24	1:14:26
Allzunah	19.90	1:18:25	3:56	4	2:34	4	2:34	81.20	6:33:38	4:50	10	1:14:56	14	1:14:56
Masserberg	17.90	1:49:50	6:08	65	33:14	86	33:14	99.10	8:23:28	5:04	13	1:37:59	18	1:37:59
Neuhaus	19.90	1:44:34	5:15	29	36:11	38	36:11	119.00	10:08:02	5:06	12	2:02:50	17	2:02:50
Schildwiese	13.50	1:13:10	5:25	33	20:44	43	20:44	132.50	11:21:12	5:08	13	2:23:34	18	2:23:34
Brennersgrün	15.90	1:18:37	4:56	15	15:13	17	15:13	148.40	12:39:49	5:07	14	2:37:20	18	2:37:20
Blankenstein	20.30	1:32:52	4:34	12	19:24	18	19:24	168.70	14:12:41	5:03	9	2:56:44	13	2:56:44