



### evaluación detallada

**Ralph Adams**

Asociación: Rennsteiglaufverein

Dorsal: 101

recorrido: 8.00 km

8 km Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59) 8

tiempo total: 38:19

velocidad: 12.53 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 16 (de 67)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 39)

mejor tiempo del recorrido: 26:26

posición en la categoría: 1(de 2)

mejor tiempo en la categoría: 38:19

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	retraso	posición	retraso				posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Zwischenzeit I	-	4:44	-	1	-	18	1:29	-	4:44	-	1	-	18	1:29
Zwischenzeit I	-	18:50	-	1	-	13	5:41	-	23:34	-	1	-	16	7:10
Ziel	-	14:45	-	2	0:01	17	4:43	8.00	38:19	-	1	-	14	11:53