



evaluación detallada

Frank Rüdiger

Dorsal: 230

recorrido: 21.00 km

Halbmarathon

categoría:

Senioren M40 (40-44)

tiempo total: 1:44:10

velocidad: 12.10 km/h

rendimiento en carrera: 4:57 min/km

posición en el recorrido/Total: 14 (de 35)

posición en el recorrido/Men: 13 (de 28)

mejor tiempo del recorrido: 1:16:53

posición en la categoría: 4(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 1:16:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	retraso Men	retraso Men		
Zwischenzeit I	-	5:52	-	3	1:07	7	1:07	-	5:52	-	3	1:07	7	1:07
Zwischenzeit II	-	15:38	-	3	2:36	7	2:36	-	21:30	-	3	3:43	7	3:43
Zwischenzeit I	-	20:21	-	4	4:52	12	4:52	-	41:51	-	3	8:35	9	8:35
Zwischenzeit II	-	21:17	-	5	5:13	13	5:13	-	1:03:08	-	3	13:48	10	13:48
Zwischenzeit I	-	22:37	-	6	7:03	17	7:03	-	1:25:45	-	3	20:51	11	20:51
Ziel	-	18:25	-	7	6:26	18	6:26	21.00	1:44:10	-	4	27:17	13	27:17