



# 24. Rennsteig-Staffellauf

Hörschel bis Blankenstein / 22.06.2024

evaluación detallada

Lauftraining.com

Dorsal: 182

recorrido: 169.10 km  
Hörschel-Blankenstein

categoría:  
Männerstaffel

tiempo total: 14:28:45

velocidad: 11.67 km/h  
rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido: 45 (de 184)

mejor tiempo del recorrido: 10:44:49

posición en la categoría: 34(de 117)

mejor tiempo en la categoría: 10:44:49

control	tiempos parciales							stage score							Total score	
	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	etapa retraso	posición categoría	retraso categoría	posición Total	retraso Total	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Total	retraso Total	Total	Total
Hohe Sonne	14.00	1:03:04	4:30	10	8:22	14	8:22	14.00	1:03:04	4:30	10	8:22	14	8:22		
Grenzwiese/Kleir	19.60	1:42:52	5:14	60	26:06	84	26:06	33.60	2:45:56	4:56	20	34:28	29	34:28		
Neue Ausspanne	14.00	1:24:36	6:02	92	33:20	131	34:56	47.60	4:10:32	5:15	43	1:07:48	55	1:07:48		
Grenzdler (Ober	13.60	1:16:05	5:35	62	26:23	79	26:23	61.20	5:26:37	5:20	43	1:30:20	55	1:30:20		
Allzunah	20.00	1:34:00	4:42	39	21:55	53	22:02	81.20	7:00:37	5:10	37	1:49:07	48	1:49:07		
Masserberg (Ren	17.80	1:25:50	4:49	22	15:41	31	15:41	99.00	8:26:27	5:06	34	2:04:48	43	2:04:48		
Neuhaus (Rennst	20.10	1:59:04	5:55	104	44:12	149	44:12	119.10	10:25:31	5:15	43	2:49:00	56	2:49:00		
Wanderhütte an	13.70	1:09:45	5:05	35	18:22	45	18:22	132.80	11:35:16	5:14	39	3:04:57	51	3:04:57		
Brennersgrün	16.00	1:17:11	4:49	29	18:09	40	18:09	148.80	12:52:27	5:11	33	3:21:39	45	3:21:39		
Blankenstein	20.30	1:36:18	4:44	31	22:17	49	45:02	169.10	14:28:45	5:08	34	3:43:56	45	3:43:56		