



### evaluación detallada

## Ralph Adams

Asociación: GutsMuths Rennsteiglaufverein

Dorsal: 301

recorrido: 9.25 km

9 km Lauf

categoría:

Senioren M55 (55-59)

tiempo total: 49:14

velocidad: 10.97 km/h

rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 49 (de 91)

posición en el recorrido/Men: 37 (de 57)

mejor tiempo del recorrido: 36:04

posición en la categoría: 1(de 5)

mejor tiempo en la categoría: 49:14

### 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	
				cat	cat	Men	Men				cat	cat	Men	Men
Zwischenzeit I	-	7:44	-	1	-	20	1:43	-	7:44	-	1	-	20	1:43
Zwischenzeit I	-	22:16	-	1	-	37	6:00	-	30:00	-	1	-	37	7:43
Ziel	9.25	19:14	-	2	0:29	38	6:28	9.25	49:14	5:19	1	-	37	13:10