



18. Sondershäuser Kristall-Lauf
Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

Detailauswertung

Lohmann, Rolf Michael

Verein: SG Stern Hamburg
Startnummer: 213

Strecke: 9,40 km
10 km (680 m unter der Erdoberfläche)

Kategorie:
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 46:08

Geschwindigkeit: 11,71 km/h
Laufleistung: 4:55 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 105 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 98 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 19(von 80)
Bestzeit in der Kategorie: 36:02

Kontrolle	Zwischenzeiten							Teilstreckenwertung				Gesamtwertung			
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	
Rundenzeit	2,20	11:32	5:14	40	3:43	172	4:30	2,20	11:32	5:14	40	3:43	172	4:30	
Rundenzeit	1,80	9:00	5:00	31	2:09	134	3:02	4,00	20:32	5:08	33	5:52	152	7:32	
Rundenzeit	1,80	8:38	4:47	12	1:33	84	2:30	5,80	29:10	5:01	29	7:25	131	9:59	
Rundenzeit	1,80	8:36	4:46	10	1:29	71	2:33	7,60	37:46	4:58	23	8:45	112	12:32	
Ziel	1,80	8:22	4:38	12	8:13	70	8:13	9,40	46:08	4:54	19	10:06	102	15:01	