



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

Detailauswertung

Kruppen-Müller, Sabine

Verein: LAV 07 Bad Harzburg e.V.
Startnummer: 189

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

Kategorie:
Frauen 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 47:04

Geschwindigkeit: 11,47 km/h
Laufleistung: 5:01 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 113 (von 373)

Strecken-Platzierung/Frauen: 7 (von 87)

Bestzeit der Strecke: 42:15

Kategorie-Platzierung: 5(von 34)

Bestzeit in der Kategorie: 42:15

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Rundenzeit	2,20	10:40	4:50	5	1:30	12	2:12	2,20	10:40	4:50	5	1:30	12	2:12
Rundenzeit	1,80	9:00	5:00	6	1:03	13	1:41	4,00	19:40	4:55	5	2:33	13	3:53
Rundenzeit	1,80	9:01	5:00	5	0:52	8	1:10	5,80	28:41	4:56	5	3:25	11	5:03
Rundenzeit	1,80	9:11	5:06	3	0:48	6	1:07	7,60	37:52	4:58	5	4:13	8	6:10
Ziel	1,80	9:12	5:06	4	0:36	9	0:58	9,40	47:04	5:00	5	4:49	10	18:16