



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

Detailauswertung

Ittershagen, Yvonne

Verein: 1. Eichsefelder Sportclub
Startnummer: 266

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

Kategorie:
Frauen 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 48:02

Geschwindigkeit: 11,24 km/h
Laufleistung: 5:07 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 126 (von 373)

Strecken-Platzierung/Frauen: 11 (von 87)

Bestzeit der Strecke: 42:15

Kategorie-Platzierung: 3(von 19)

Bestzeit in der Kategorie: 42:18

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt				Platz Rückst.			
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	
Rundenzeit	2,20	8:28	3:50	1	-	1	-	2,20	8:28	3:50	1	-	1	-	
Rundenzeit	1,80	7:19	4:03	1	-	1	-	4,00	15:47	3:56	1	-	1	-	
Rundenzeit	1,80	7:51	4:21	1	-	1	-	5,80	23:38	4:04	1	-	1	-	
Rundenzeit	1,80	8:04	4:28	1	-	1	-	7,60	31:42	4:10	1	-	1	-	
Ziel	1,80	16:20	9:04	19	8:06	78	8:06	9,40	48:02	5:06	4	19:14	15	19:14	