



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

Detailauswertung

Wingender, Gerhard

Verein: Handball Club Neuwied  
Startnummer: 416

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

Kategorie:  
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 48:31

Geschwindigkeit: 11,62 km/h  
Laufleistung: 5:10 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 136 (von 373)  
Strecken-Platzierung/Männer: 123 (von 286)  
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 29(von 80)  
Bestzeit in der Kategorie: 36:02

Kontrolle	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	11:10	5:04	31	3:21	154	4:08	2,20	11:10	5:04	31	3:21	154	4:08
Rundenzeit	1,80	8:48	4:53	24	1:57	118	2:50	4,00	19:58	4:59	29	5:18	138	6:58
Rundenzeit	1,80	9:12	5:06	27	2:07	120	3:04	5,80	29:10	5:01	29	7:25	131	9:59
Rundenzeit	1,80	9:40	5:22	37	2:33	147	3:37	7,60	38:50	5:06	32	9:49	132	13:36
Ziel	1,80	9:41	5:22	34	9:32	139	9:32	9,40	48:31	5:09	29	12:29	127	17:24