



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

Detailauswertung

Siewert, Matthias

Verein: Einbeck
Startnummer: 355

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 49:19

Geschwindigkeit: 10,95 km/h
Laufleistung: 5:15 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 150 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 133 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 43(von 91)
Bestzeit in der Kategorie: 33:10

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	11:11	5:04	55	4:01	155	4:09	2,20	11:11	5:04	55	4:01	155	4:09
Rundenzeit	1,80	9:19	5:10	54	2:58	157	3:21	4,00	20:30	5:07	51	6:59	149	7:30
Rundenzeit	1,80	9:39	5:21	52	3:10	152	3:31	5,80	30:09	5:11	53	10:09	156	10:58
Rundenzeit	1,80	9:42	5:23	51	3:04	149	3:39	7,60	39:51	5:14	52	13:13	151	14:37
Ziel	1,80	9:28	5:15	38	2:56	123	9:19	9,40	49:19	5:14	45	16:09	137	18:12