



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

Detailauswertung

Henke, Rene

Verein: Angström
Startnummer: 130

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 49:42

Geschwindigkeit: 10,87 km/h
Laufleistung: 5:17 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 158 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 140 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 46(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	11:23	5:10	58	4:13	166	4:21	2,20	11:23	5:10	58	4:13	166	4:21
Rundenzeit	1,80	9:08	5:04	47	2:47	140	3:10	4,00	20:31	5:07	52	7:00	150	7:31
Rundenzeit	1,80	9:36	5:19	50	3:07	147	3:28	5,80	30:07	5:11	52	10:07	155	10:56
Rundenzeit	1,80	9:43	5:23	52	3:05	151	3:40	7,60	39:50	5:14	51	13:12	150	14:36
Ziel	1,80	9:52	5:28	55	3:20	156	9:43	9,40	49:42	5:17	48	16:32	144	18:35