



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

Detailauswertung

Winterhoff, Dirk

Verein: MTV Müden/Örtze
Startnummer: 417

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 50:21

Geschwindigkeit: 11,20 km/h
Laufleistung: 5:22 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 162 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 144 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 49(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	11:57	5:25	65	4:47	184	4:55	2,20	11:57	5:25	65	4:47	184	4:55
Rundenzeit	1,80	9:18	5:10	52	2:57	152	3:20	4,00	21:15	5:18	62	7:44	175	8:15
Rundenzeit	1,80	9:39	5:21	52	3:10	152	3:31	5,80	30:54	5:19	60	10:54	169	11:43
Rundenzeit	1,80	9:46	5:25	53	3:08	153	3:43	7,60	40:40	5:21	56	14:02	163	15:26
Ziel	1,80	9:41	5:22	46	3:09	139	9:32	9,40	50:21	5:21	51	17:11	148	19:14