



18. Sondershäuser Kristall-Lauf

Brügman-Schacht Sondershausen / 24.10.2015

Detailauswertung

Rückebeil, Martin

Verein: FiFi GÖ & Friends
Startnummer: 300

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 51:11

Geschwindigkeit: 10,55 km/h
Laufleistung: 5:27 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 173 (von 373)

Strecken-Platzierung/Männer: 153 (von 286)

Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 53(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	10:55	4:57	49	3:45	139	3:53	2,20	10:55	4:57	49	3:45	139	3:53
Rundenzeit	1,80	9:40	5:22	65	3:19	180	3:42	4,00	20:35	5:08	56	7:04	156	7:35
Rundenzeit	1,80	10:07	5:37	67	3:38	182	3:59	5,80	30:42	5:17	57	10:42	165	11:31
Rundenzeit	1,80	10:43	5:57	72	4:05	200	4:40	7,60	41:25	5:26	63	14:47	174	16:11
Ziel	1,80	9:46	5:25	52	3:14	150	9:37	9,40	51:11	5:26	55	18:01	157	20:04