



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

Detailauswertung

Adamus, Antje

Verein: Erfurt  
Startnummer: 1

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

Kategorie:  
Frauen 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 51:43

Geschwindigkeit: 10,44 km/h  
Laufleistung: 5:30 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 184 (von 373)

Strecken-Platzierung/Frauen: 23 (von 87)

Bestzeit der Strecke: 42:15

Kategorie-Platzierung: 7(von 19)

Bestzeit in der Kategorie: 42:18

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Rundenzeit	2,20	11:36	5:16	8	3:08	29	3:08	2,20	11:36	5:16	8	3:08	29	3:08
Rundenzeit	1,80	9:33	5:18	9	2:14	24	2:14	4,00	21:09	5:17	8	5:22	24	5:22
Rundenzeit	1,80	9:55	5:30	6	2:04	22	2:04	5,80	31:04	5:21	7	7:26	21	7:26
Rundenzeit	1,80	10:11	5:39	7	2:07	22	2:07	7,60	41:15	5:25	7	9:33	20	9:33
Ziel	1,80	10:28	5:48	8	2:14	32	2:14	9,40	51:43	5:30	8	22:55	27	22:55