



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

Detailauswertung

Mackensen, Sylvester

Verein: SV Nordhausen 90
Startnummer: 222

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 37:14

Geschwindigkeit: 14,50 km/h
Laufleistung: 3:58 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 19 (von 373)

Strecken-Platzierung/Männer: 19 (von 286)

Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 3(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	8:12	3:43	4	1:02	20	1:10	2,20	8:12	3:43	4	1:02	20	1:10
Rundenzeit	1,80	7:07	3:57	3	0:46	19	1:09	4,00	15:19	3:49	3	1:48	16	2:19
Rundenzeit	1,80	7:13	4:00	3	0:44	17	1:05	5,80	22:32	3:53	3	2:32	17	3:21
Rundenzeit	1,80	7:21	4:04	3	0:43	19	1:18	7,60	29:53	3:55	3	3:15	19	4:39
Ziel	1,80	7:21	4:04	3	0:49	24	7:12	9,40	37:14	3:57	3	4:04	19	6:07