



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

Detailauswertung

Seidenberg, Rene

Verein: Lauftreff Keyenberg
Startnummer: 353

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

Kategorie:
Männer 30 bis 39 Jahre

Gesamt-Zeit: 37:44

Geschwindigkeit: 14,31 km/h
Laufleistung: 4:01 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 21 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 21 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 11(von 57)
Bestzeit in der Kategorie: 31:07

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	7:56	3:36	9	0:54	16	0:54	2,20	7:56	3:36	9	0:54	16	0:54
Rundenzeit	1,80	7:24	4:06	14	1:26	31	1:26	4,00	15:20	3:50	9	2:20	18	2:20
Rundenzeit	1,80	7:37	4:13	13	1:29	29	1:29	5,80	22:57	3:57	10	3:46	20	3:46
Rundenzeit	1,80	7:29	4:09	11	1:26	22	1:26	7,60	30:26	4:00	11	5:12	21	5:12
Ziel	1,80	7:18	4:03	10	1:27	22	7:09	9,40	37:44	4:00	11	6:37	21	6:37