



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

Detailauswertung

Häring, Carsten

Verein: Ahorn
Startnummer: 119

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 55:05

Geschwindigkeit: 9,80 km/h
Laufleistung: 5:52 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 239 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 203 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 72(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	13:39	6:12	87	6:29	262	6:37	2,20	13:39	6:12	87	6:29	262	6:37
Rundenzeit	1,80	10:48	6:00	86	4:27	244	4:50	4,00	24:27	6:06	87	10:56	256	11:27
Rundenzeit	1,80	11:07	6:10	82	4:38	235	4:59	5,80	35:34	6:07	87	15:34	249	16:23
Rundenzeit	1,80	10:08	5:37	61	3:30	171	4:05	7,60	45:42	6:00	79	19:04	223	20:28
Ziel	1,80	9:23	5:12	35	2:51	119	9:14	9,40	55:05	5:51	74	21:55	207	23:58