



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

Detailauswertung

Keller, Uwe

Verein: Active Coach
Startnummer: 120

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

Kategorie:
Männer 40 bis 49 Jahre

Gesamt-Zeit: 38:07

Geschwindigkeit: 14,80 km/h
Laufleistung: 4:03 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 24 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 23 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 4(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	8:27	3:50	7	1:17	31	1:25	2,20	8:27	3:50	7	1:17	31	1:25
Rundenzeit	1,80	7:12	4:00	4	0:51	21	1:14	4,00	15:39	3:54	5	2:08	24	2:39
Rundenzeit	1,80	7:23	4:06	4	0:54	22	1:15	5,80	23:02	3:58	4	3:02	22	3:51
Rundenzeit	1,80	7:26	4:07	4	0:48	21	1:23	7,60	30:28	4:00	4	3:50	22	5:14
Ziel	1,80	7:39	4:15	5	1:07	33	7:30	9,40	38:07	4:03	4	4:57	23	7:00