



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

Detailauswertung

Knape, Ingo

Verein: Jena
Startnummer: 170

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

Kategorie:
Männer 50 bis 59 Jahre

Gesamt-Zeit: 56:46

Geschwindigkeit: 9,51 km/h
Laufleistung: 6:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 258 (von 373)
Strecken-Platzierung/Männer: 214 (von 286)
Bestzeit der Strecke: 31:07

Kategorie-Platzierung: 53(von 80)
Bestzeit in der Kategorie: 36:02

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	13:28	6:07	66	5:39	253	6:26	2,20	13:28	6:07	66	5:39	253	6:26
Rundenzeit	1,80	10:45	5:58	60	3:54	239	4:47	4,00	24:13	6:03	62	9:33	250	11:13
Rundenzeit	1,80	10:49	6:00	57	3:44	220	4:41	5,80	35:02	6:02	61	13:17	243	15:51
Rundenzeit	1,80	11:04	6:08	55	3:57	216	5:01	7,60	46:06	6:03	59	17:05	234	20:52
Ziel	1,80	10:40	5:55	44	10:31	188	10:31	9,40	56:46	6:02	53	20:44	218	25:39